

ВЕСТА®

ЕЖЕМЕСЯЧНОЕ ИЗДАНИЕ ДЛЯ ЖЕНЩИН

Сентябрь

№ 9 (256) 2016

16+

Ежемесячное издание для женщин

Учредители:

группа физических лиц

Издатель:

ООО Издательство «Веста-М»

394030 г. Воронеж,

ул. Средне-Московская, 32.

Издание зарегистрировано

в Комитете Российской Федерации по

печати. Рег. № 014813

от 15. 05. 1996 года.

**Главный редактор
Марина КОСТЫНА**

Адрес редакции:

г. Воронеж,

ул. Средне-Московская, 32

Для почты:

394000, Воронеж, а/я 537

Телефон редакции:

(473) 251-22-13

Факс: (473) 251-22-13

E-mail: info@vesta-m.vn.ru

Наш сайт: vesta-m.info

Присланные по почте рукописи не
рецензируются и не возвращаются.

Редакция в переписку с читателями не
вступает.

Мнение авторов не всегда совпадает с
мнением редакции.

Ответственность за содержание и
достоверность сведений в рекламе и
объявлениях несет их податель.

Перепечатка материалов, помещенных в
«Весте-М», без письменного разрешения
редакции не допускается.

Директор

по распространению

Галина СТАРОДУБЦЕВА

Телефон (473) 235-59-75

Номер подписан в печать:

10 августа 2016 г.

По графику в 11:00, фактически в 11:00.

Дата выхода 28 августа 2016 года.

Отпечатано в ГУП РО

«Рязанская

областная типография»

390023, г. Рязань, ул. Новая, 69/12

тел. (4912) 44-87-80

По всем случаям полиграфического

брака обращаться в типографию.

Заказ № 2723.

Тираж 210625 экз.

Общий тираж 438635 экз.

Цена свободная.

Подписной индекс

в каталоге «Почта России» —

60672,

в каталоге «Пресса России» —

51182.

Подписку можно оформить

на сайте: VIPISHI.RU

На первой странице — Алла

Краснодарский край

Сегодня в номере:

КОСМЕТИКА

- Маски с виноградом.
- Ресницы — просто супер!
- Ежедневное отбеливание.
- Вазелин вместо туши.
- Радуйтесь, улыбайтесь и... расслабляйтесь.
- Пилингу — да!
- Плюс скульптурность, минус молодость.

САЛОН КРАСОТЫ

- Волосы: модные тенденции.
- Сохраните оттенок лета.
- Домашний термозащитный спрей.
- С челкой не будет проблем.
- Для красоты ваших волос.

УХОД ЗА ТЕЛОМ

- Пять минут перед работой.
- Массаж пробуждения.
- Нулевая калорийность.
- Если заболел зуб.
- Отбеливаем ногти.
- Цветотерапия маникюром.
- Скраб для тела.
- В ответственный момент.
- Пятнадцать минут массажа — пять лет минус: шиацу — массаж для молодости.

ЗДОРОВЬЕ

Отвечаем на ваши вопросы: народные средства
при лечении гипертонии, метеочувствительности.

- Капля детства.
- Рецепты читателей от насморка, фурункулов, отита, простуды.
- Зеленая аптека: валериана лекарственная.
- «Скажите, доктор...» — на вопросы читателей отвечают врачи: гинеколог, педиатр, дерматовенеролог.

У ЮРИСТА

- Юрист отвечает на письма читателей.

ЧАСТНЫЕ ПРОБЛЕМЫ

- Служебный роман без хеппи-энда. Что дальше?
- Психолог отвечает на письма читателей.

СВОИМИ РУКАМИ

- Туника с поперечной «косой» и жакет с бантом, связанные на спицах; жилет с высоким воротником, связанный крючком.
- Свитер с косами.
- Колье из каштанов.
- Бабочка из «молний».
- Просто накидка.
- Сумка-рюкзачок.
- Стильное дополнение.
- Ложечно-вилочный дизайн.

ВАШ СТИЛЬ

- Модные сумки.
- Модная обувь.
- На работу и не только... ● Вот это куртки!

К ВАШЕМУ СТОЛУ

- 16 замечательных рецептов.

ХОЗЯЮШКЕ

- Любителям остренького.
- Вечные цветы.
- Едим капусту по листочку.
- Криопроцедура для моли.
- Коврик в холодильнике.
- Лимон убивает «аромат» капусты.
- Для обладателей погребов.

ИНТЕРЬЕР

- Морской пейзаж в интерьере.

ВАШ САД

- В каждой капусте своя польза.
- Ремонтантная малина.

МОЛОДОЙ МАМЕ

- О пользе капризов.

ПОЗНАЙ СЕБЯ

- Гороскоп с 15 сентября по 15 октября.
- Тест. Степень его доверия.

ЕСЛИ ХОТИТЕ

- Повесть о выборе профессии.

ПРАВОСЛАВНАЯ СТРАНИЦА

- Священник отвечает на вопросы читателей.
- Православный календарь на октябрь.

ЖЕНЩИНЫ-МУЗЫ

- Граф истории и княгиня любви.

АХ, ЭТИ ЗВЕЗДЫ!

- Свадебные торты знаменитостей.
- Не ставшие балеринами, но сыгравшие Мерилин: Ольга Фадеева и Ольга Павловец.

ЭТИКЕТ

- Акцент на что-то одно.
- Приглашение на свадьбу.
- Друзья бывают разными.
- По карьерной лестнице — в правильной одежде.

БРАТЯ НАШИ МЕНЬШИЕ

- И снова о клещах.
- «Одноглазый Джо».

ПРОСТО ПОЧИТАТЬ

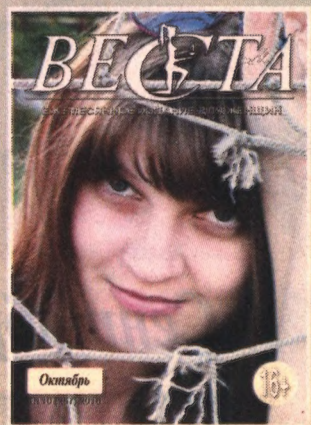
- Наталья Зуева. Третий.

НА ДОСУТЕ

- Сканворд. ● Анекдоты.

Читайте в следующем номере:

- От ногтя до кулака. ● Из уст в уста.
- Познакомиться? Согласна! ● Разговор по душам.
- Прекрасный, но капризный. ● Запрещенный вопрос.
- 3% — для толстяков. ● «Здравствуй, сосед!»
- Живите в движении! ● Деньги на угощение.
- «Скажи мне, кто твоя подруга...» ● На алтарь здоровья.
- И многое другое.



ПИР ДЛИННОЮ В ЧЕТЫРЕ КИЛОМЕТРА

Мы давно привыкли к тому, что если уж устраивается пир — так он «горой» или «на весь мир». Жители небольшого немецкого городка Крев не только совместили оба эти варианта, но и кое-что добавили, а именно — длину пира.

В один прекрасный день «весь мир» Крева — примерно 15 тысяч горожан — вышли на главную улицу и уселись за... 4-километровый пиршественный стол, который ломился от 1,5 тонны колбас, 2 тонн мяса, 3 тонн картофельного салата и 150 кг горчицы, не считая другой снеди, яств и прочих закусок. С скромного городского бюджета хватило также и на 20 тысяч литров великолепного мозельского вина, которое, естественно, «лилось рекой».

МУЗЫКАЛЬНЫЕ ПИЛЮЛИ

О том, что музыка лечит, известно уже давно. Она снимает стресс и избавляет от депрессии, поднимает настроение, дарит чувство покоя, восстанавливает душевное равновесие, как настоящий анальгетик помогает справиться с болью. Еще древние китайцы утверждали, что музыке подвластны даже те недуги, с которыми не справиться врачам.

Но, как выяснилось, разные музыкальные композиции имеют и разный терапевтический эффект — причем, не только по качеству, силе воздействия, но и по направленности!

Учтя это, китайцы, известные своей древней оригинальной медициной, начали сейчас выпускать особые музыкальные «пилюли»: диски с записями специально подобранных музыкальных произведений, призванных настраивать те или иные органы и даже целые системы организма и улучшать их работу. Например — альбомы «Сердце», «Печень», «Легкие». Или — «Пищеварение». Есть записи, помогающие справиться с мигренью, побороть бессонницу. И даже в шутовском названии альбома «Концерт для почки с оркестром» всего лишь доля шутки...

Подобные музыкальные сборники-«пилюли» выпускаются и в Японии. В разработанный ими «набор от мигрени», например, входят Мендельсон (конечно же, не свадебный марш, а «Весенняя песня»), дворжакские «Юморески» и симфоническая сюита Дж. Гершвина «Американец в Париже»!.. Однако практичные японцы пошли дальше: они разработали «музпилюли» и для... продуктов! Теперь в самых продвинутых японских пекарнях звучит музыка Моцарта, и благодаря ей тесто подходит в 10 раз быстрее. А на самых продвинутых ликеро-сакешных заводах из «прослушавших» Моцарта дрожжей вырабатывают самое лучшее саке!

Не так давно в индийском городе Мадрас открылся центр по подготовке врачей-музыкотерапевтов. Интересно, не означает ли это, что в недалеком будущем индусам станут рекомендовать в музыкотерапии не заниматься самолечением?!

В ПРОБКАХ «ВИНОВАТЫ» ПОЦЕЛУИ

Казалось бы, пустяк — поцелуй?! При современных, довольно свободных нравах дело обычное и широко распространенное. Однако из истории известно, что, например, в галантной Франции в старые времена и один поцелуй не считался пустяком и приравнивался чуть ли не к венчанию. Судите сами: если жених умирал до свадьбы (не дай Бог, конечно!), то невеста, будучи хотя бы один-единственный раз им поцелована, имела право требовать половину его имущества! Вот такие дорогие были поцелуи!

«Расплата» за поцелуй предусмотрена и в американском городке Дирфилд, что в Чикагской области. Там на привокзальной площади установили дорожный знак, запрещающий в зоне пятидесяти метров поцелуй в автомобилях. Объясняют это тем, что долгие поцелуи в машинах нарушают движение у вокзала и создают пробки. Значит, поцелуй-то сладкие?!

КЛЮЧ ОТ «ЗАМКА ЛЮБВИ»

В незапамятные времена рыцари любви дам, дамы любили рыцарей, а менестрели и ваганты слагали про это красивые песни...

Но история сохранила для нас и некоторые нюансы «рыцарского отношения» к даме, которые, надо признать, не очень-то красят доблестных айвенго прошлого.

Да, рыцари совершали подвиги во имя своих дам, были готовы умереть за их честь, но, судя по всему, абсолютно не верили в их благонравие и верность. Иначе с чего бы появилось такое изобретение как «пояс целомудрия» (он же — «пояс верности», «пояс Венеры», «венецианская решетка») — проще говоря, металлические панталоны на замке. Иногда этот «пояс» был первым подарком, который преподносил муж-рыцарь молодой супруге на следующее утро после свадьбы. Теперь он был «спокоен» за честь своей возлюбленной и, довольный и счастливый, отправлялся в какой-нибудь крестовый поход за славой и богатствами.

Но ладно бы только рыцари так себя вели! Весьма распространено такое было и в других, «нерыцарских» семьях. Трудно представить, но в те времена молодому человеку, который просил руки девушки, мать могла с гордостью заявить, что его избранница уже с 12 лет (!) облачена в «венецианскую решетку». На свадебном пиру жених получал из рук матери ключ, а наутро после брачной ночи объявлял родителям и друзьям, нашел ли он «ворота и замок» целыми и невредимыми...

Женщинам не по душе, конечно же, было такое унижение — даже если «пояс» изготавливался из золота и серебра и украшался чеканкой и инкрустацией. И нередко они мстили своим «возлюбленным» за эту дикость.

Естественно, для каждого «пояса» изготавливался эксклюзивный, сделанный в одном экземпляре «ключ без права передачи», и стоил он очень дорого. Но еще дороже стоил... его дубликат! Тем не менее, баснословная цена не останавливала тех, кто дороже всего ценил свою гордость...

ЛЮБОВЬ ПОНАРОШКУ. НЕДОРОГО...

Все-таки американки — бедные люди. Не все, конечно. И не в том смысле. А в другом...

Губят себя американские женщины любовным «эрзацем», ох, губят! Не все, конечно. А только те, у кого на данный момент — правда, он может длиться довольно долго! — нет возлюбленного. А он — нужен! И тогда идут в книжный магазин и покупают... «Возлюбленного из коробки»! Набор такой — в красивой коробочке. А там — настоящий возлюбленный, не игрушечный типа трансформера или легосборной модели. Хотя и «понарошку» — потому что там: фото его — очень даже симпатичного мужчины, любовные послания вам, написанные его рукой, милые вашему сердцу безделушки, сувениры-«валентинки» и даже номер телефона, по которому возлюбленный ответит вам и вы насладитесь его мужественным приятным баритоном, звучащим с автоответчика. А еще — вскоре после покупки к вам начнут приходить по почте и «электронке» приветствия, открытки, даже цветы... Вот только увидеться с ним не удастся никогда. Да и зачем? У Дэвида Мэтью, вашингтонца, придумавшего этого недорогого «возлюбленного понарошку», уже около 10 тысяч любовниц, вполне, к сожалению, довольных таким «заменителем» реальных отношений. Этот Мэтью, возможно хороший человек, добрый, но американок все-таки жалко. Не всех, конечно...



Моя дочь более 8 лет встречалась с парнем. Сначала у них все было хорошо: планировали создать семью, иметь детей, потом стали ссориться по разным причинам, расставаться, мириться. Однажды поссорились так серьезно, что, помирившись, решили остаться друзьями. Но постепенно отношения возобновили, хотя встречались редко. Дочь забеременела. И тогда ее парень сказал, что ребенок ему не нужен и связывать себя семьей он не собирается. А моей дочке предложил выбор: или она делает аборт или рождает и воспитывает ребенка одна. Дочка выбрала ребенка и благополучно родила сына — мы с мужем очень рады, да и она души не чает в ребенке.

Но беда в том, что она чего-то ждет от его отца. То ли она очень его любила, то ли испытывает чувство вины перед ребенком, который растет без отца — но это не дает ей покоя. Мы все говорим ей, что всё, что было с этим парнем, надо забыть, жить дальше и мечтать о счастье с другим, который, полюбив ее, полюбит и ребенка, тем более, что ее бывший создал семью, у него дети...

Дело в том, что отношения нашей дочери с ним разорваны окончательно: он ни разу не только не видел своего сына, но даже и не спросил о нем.

Любое воспоминание о нем вызывает у дочери гнев, даже ненависть — и это нас пугает, хотя прошло уже два года, и она немного успокаивается. Мы всячески стараемся настроить ее на позитив: выйдете на работу, а там ее будут занимать другие мысли.

Она, конечно, не видит в нем мужа, но считает, что он нужен ребенку и никак не может понять, почему ее бывший так поступает по отношению к ребенку, который в их разрыве совсем не виноват.

А как ей объяснить, что ему нужен не такой отец. Опять же, у него своя семья.

Как быть ей в такой ситуации? Как нам вести себя? Что ей посоветовать? Чем помочь?

Зогда Ваша дочь решила родить ребенка, расставшись с человеком, предавшим и ее, и еще не рожденного малыша, это было самое благодатное время, чтобы настроить девочку на то, что будущий человек — это часть только ее жизни, и никакой бывший возлюбленный в ее ситуации не будет иметь к ее малышу никакого отношения. Тогда у нее не было бы иллюзий.

Тот, кто предал любимую женщину, вряд ли будет принимать участие в воспитании ее ребенка. Она уже давно привыкла бы к этой мысли, и возможно, ей было бы легче. Но и сейчас еще не поздно понять это и строить свою жизнь, не оглядываясь назад.

Отчасти она может найти спасение в работе: ей просто некогда будет без конца перелистывать книгу своих страданий и репетировать гневную и обличительную речь, обращенную к бывшему возлюбленному. Но

как осознать, что речь эта никогда не прозвучит, потому что просто не представится такой возможности. Он не будет раскаиваться, а ей некому будет бросать в лицо облитые горечью слова. И его в ее жизни больше не будет.

Да, расхожая фраза о том, что ребенку нужен отец, постоянно звучит с экрана телевизора. Но речь идет не об отце вообще, а о любящем отце, который сам хочет принимать активное участие в воспитании ребенка и старается использовать каждую свободную минуту для общения с ним.

Сколько в жизни встречается ситуаций, когда девушка выходит замуж по любви, рождает желанного, а то и долгожданного ребенка, но брак распадается, при этом ребенок становится свидетелем скандалов, оскорблений, а то и более диких сцен, происходящих между родителями, которые в конце концов расстаются, и отец абсолютно забывает о своем желанном малыше.

А бывает, что женщина решает, что лучше ей самой растить своего ребенка, чем с таким отцом и, расставшись с ним, обретает покой и умиротворенность.

И во всех ситуациях женщин можно понять.

Все они не считают себя несчастными, потому что у них есть любимый человек, ради которого стоит жить, работать, стремиться к совершенству. И нет никакой помехи, чтобы излить свою любовь и заботу только на него.

Считайте, что Вашей дочери в чем-то даже повезло. Ее сын не будет свидетелем ссор и отвратительных сцен, его сердечко не будет разрываться от боли за маму — единственную и любимую — которую обижает любимый папа.

А то, что семейная жизнь Вашей дочери с ее «бывшим» не могла быть безоблачной, ясно даже мне, на расстоянии.

Поговорите с дочкой, прочитайте ей эти строки и дайте понять, что Вы рады помогать ей растить малыша, но пережить, перестрадать свое первое в жизни разочарование, сделать выводы и определить для себя, как жить дальше, она должна сама.

К нам на работу недавно пришла новая сотрудница, которая раньше работала совсем в другой сфере, и я, конечно, сразу постаралась ввести ее в курс дела: а для этого в подробностях рассказывала о том, над чем мы сейчас работаем, а также о своих планах и даже задумках, которые я собираюсь воплотить в жизнь в скором будущем. Она слушала меня очень внимательно, и мне это льстило. Но разве могла я догадаться, что очень скоро она будет использовать полученные от меня знания, чтобы выслужиться перед начальством. За короткое время, учитывая, что до этого она никогда не занималась

тем, на чем специализируется наша фирма, она смогла зарекомендовать себя серьезным, вдумчивым, самостоятельным и очень креативным сотрудником. Мало того, на нее стали делать ставку и прочить ее на мое место, объясняя это тем, что новый работник обладает «свежим взглядом» на многие вещи, а у нас уже и глаз «замылвился», и служебное рвение не то, и пора уже привлекать к делу молодых и инициативных... Что я наделала! Сама на себя петлю накинута! Пыталась поговорить с ней, высказав все, что о ней думаю, но она ни капельки не смутилась, а сделала вид, что все идет, как надо, и ничего ужасного не происходит. Что мне делать? Получается, что я по собственной инициативе могу остаться без работы.



спокойтесь и хорошенько подумайте, чего ждет от Вас руководитель фирмы. Наверняка, как и любой бизнесмен, он заинтересован в прибыли. Если Вы будете

работать, принося прибыль, и это будет для всех очевидно, никто Вас не тронет. С новой сотрудницей больше отношений не выясняйте и прекратите ее опекать. Вы уже убедились, что она — не беззащитное наивное существо, а опытный и хитрый борец за свое место под солнцем. Пусть Вам ее поведение кажется непорядочным, а методы бесцеремонными, но для Вас это — серьезный урок. Не тратьте силы и время на благородное негодование и больше ни с кем не делитесь своими наработками и планами, а старайтесь работать так, чтобы к Вам не только не было претензий, но и польза от Вашего труда была заметной. Только так можно победить в любой конкурентной борьбе.

Не так давно я с большим скандалом ушла от мужа и развелась с ним. Он очень этого не хотел и, по-моему, до сих пор не может смириться с самим фактом развода.

Но его эмоции меня теперь мало волнуют. А вот то, что он продолжает тесное общение с моим сыном от первого брака, не дает мне покоя.

Дело в том, что у моего бывшего какой-то «крутой бизнес», приносящий приличный доход. В подробности его я никогда не вникала, но у меня есть подозрения, что он каким-то образом связан с криминалом. Вот поэтому мне и не нравится его общение с моим ребенком. Мальчику 16 лет, он еще не может самостоятельно понять, что хорошо и что плохо, но я вижу, что парнишка все больше «прикипает» к бывшему отчиму. У него стали появляться дорогие гаджеты последних моделей,

НАЕДИНЕ



дай Бог, наркотики... Подскажите, что мне делать!

Мой совет Вам: не ругать ребенка за то, что он принимает подарки отчима, не паниковать, не устраивать слежку, не мучиться подозрениями и ни в коем случае не запрещать сыну общаться с Вашим бывшим. Будет только хуже, потому что мальчик начнет это скрывать, а общение будет продолжаться, но только тайком, а вы не будете знать, что между ними происходит и не сможете помочь сыну, если заподозрите что-то неладное..

Единственное, что Вы можете сделать, быть как можно ближе к сынишке, чтобы он проникся к Вам полным доверием, а Вы были в курсе того, что происходит между ним и Вашим бывшим. Избегайте «проработок», критики и осуждения в адрес бывшего мужа, но возьмите с ребенка обещание, что если его что-то насторожит или беспокоит в словах или делах отчима, он тут же Вам об этом расскажет. Только доверительные отношения с сыном помогут Вам и быть в курсе его жизни, и прийти ему на помощь, если в этом будет необходимость.

Если же Вы будете препятствовать общению сына с отчимом, то можете еще больше разозлить последнего, и тогда предугадать развитие событий будет сложно.

Мы с моим парнем уже третий год живем вместе. До последнего времени у нас с ним все было хорошо, меня напрягало только одно его качество: он постоянно выпрашивал у меня о том, какие отношения были у меня с мужчинами до него. Мне и рассказывать-то, в принципе, было почти нечего, но однажды он меня своими расспросами и подозрениями так разозлил, что я напридумывала черт-те что и в этих фантазиях такого ему наговорила, что теперь он в постели до меня и не дотрагивается. Говорит, что как представит, что на его месте был кто-то другой, общаться со мной не может. Наверное, я зря ему это рассказала, но теперь уже он мне не поверит, если я скажу, что всё придумала. Что мне делать и есть ли вообще выход из этой ситуации?

Ваш друг болезненно ревнив, иначе он не стал бы так настойчиво требовать у Вас откровений. А болезненная ревность опасна в двух случаях: или он настолько не уверен в себе, что постоянно ищет подтверждения в том, что он лучший, или здесь имеет место так называемая обращенная ревность, когда мужчина сам изменяет напра-

во-налево, а свою партнершу подозревает во всех смертных грехах. Отсюда и стремление во всем вас контролировать — даже в том, что было в прошлом.

Вы намеренно сделали ему больно, вероятно, для того, чтобы он получил то, что хотел, и успокоился наконец, а он получил подтверждение своим подозрениям и вконец разозлился. Если он вернется и продолжит подозревать Вас, никогда больше не поддавайтесь на провокацию и не поддерживайте эту тему в разговорах с ним, иначе вы будете только злиться друг на друга, ссориться и копить обиды.

В начальной школе моя дочь училась очень хорошо — на один пятерки. В прошлом году у них появились другие учителя по разным предметам, и началось что-то непонятное. Девочку всегда учительница хвалила, ставила другим детям в пример: старательная, аккуратная... А теперь она и стараться перестала, и домашние задания выполняет небрежно, и в результате — тройки. Почему она стала лениться? Как справиться с этим в шестом классе, пока она не нахватала троек?

Почему Вы решили, что девочка, которая четыре года была прилежной и старательной, в пятом классе вдруг ни с того ни с сего стала лентяйкой? Возможно, причины снижения успеваемости совсем в другом.

Во-первых, появились новые предметы, увеличилась нагрузка, и ребенок стал слишком переутомляться.

Во-вторых, учительница Вашу дочь всегда хвалила, и у девочки был стимул стараться еще больше, а нынешние учителя считают, что захваливать детей нельзя, это их расслабляет, и дети перестают стараться. Но не всех стимулируют тройки и двойки, некоторые без похвалы вообще опускают руки. Возможно, Ваша дочка относится именно к таким ученикам.

В-третьих, учителя пришли в пятый класс незнакомые, и не со всеми у вашей дочери установился нормальный рабочий контакт.

В-четвертых, проанализируйте, по каким предметам у девочки снизилась успеваемость. Может быть, в их классе делают основной упор на математику, а Ваша дочь по своим способностям и предпочтениям больше гуманитарий.

Перечисленные факторы могут в значительной мере влиять на успеваемость ребенка как по отдельности, так и все вместе. Поговорите с дочкой, с учителями и поставьте все вместе найти выход.

Юлия АЛЕКСЕЕВА

брендовая одежда, карманные деньги, а учиться он стал хуже. Меня очень беспокоит складывающееся положение и не оставляет подозрение, что мой бывший теперь отыгрывается на мальчике. То, что он мстит мне и дразнит меня, часто и близко общаясь с моим ребенком, еще полбеды. Беда в том, что он портит подростка, у которого еще не сложилось свое отношение и к дорогим подаркам, и к легким деньгам.

А больше всего я переживаю из-за того, что сама толком не знаю, откуда у него такие деньги и не привлекает ли он мальчишку к своим темным делам.

Кроме того, мальчик в таком возрасте, когда может попробовать и алкоголь, и не

С ПСИХОЛОГОМ



ВОЛОСЫ: МОДНЫЕ ТЕНДЕНЦИИ

Как уложить волосы в новом сезоне? Перед вами самые горячие тенденции этой осени.

Итак, сегодня в моде:

- косы в самых разнообразных вариантах и переплетениях
- длинные волосы до пояса
- прямые и кудряшки
- волосы, уложенные волнами в стиле героинь немого кино
- валики, пучки, узелки и мальвинки
- начесанные и гладко приглаженные
- проборы: прямой и низкий боковой

- хвостики разных видов
- объемные прически в стиле 80-х
- эффект «гофре»
- «мокрые» волосы
- волосы, уложенные набок
- челки всех видов
- заколки, броши, невидимки, повязки, ленты, бантики и другие украшения
- длинные волосы, заправленные под шарф или косынку на шее.



Подготовила
Марина ХРИСТЕНКО

СОХРАНИТЕ ОТТЕНОК ЛЕТА

Если вам нравится тот светлый оттенок, в который солнце за лето «выкрасило» ваши волосы, продлите ему жизнь.

● Мойте голову не под струей из душа, а водой из тазика, в которой растворен жидкий мед (1 ст. ложка на 3 литра воды).

● После мытья ополаскивайте волосы настоем ромашкового чая (2 пакетика на 1 стакан воды).

● Если собираетесь в солнечную погоду выходить на улицу без головного убора (в сентябре это еще возможно), сбрызните волосы водой, подкисленной лимонным соком (1 ст. ложка сока на 1 стакан воды), и дайте высохнуть.

Мед, ромашка и лимонный сок относятся к природным осветлителям волос, так что при их использовании вы надолго сохраните цвет выгоревших на солнце прядей.

«А почему бы не сделать колорирование?» — спросите вы. Потому что после лета волосы еще слишком сухие, и окрашивание может им повредить. Приберегите этот способ на позднюю осень, когда волосы восстановятся.



ДЛЯ КРАСОТЫ ВАШИХ ВОЛОС

Кокосовое и миндальное масло можно добавить в шампунь (не более 0,5 ч. ложки), нанести на расческу и устроить масляное расчесывание перед сном, а утром вымыть голову. Можно подогреть любое из этих масел на водяной бане, теплым втереть в кожу головы, распределить по волосам, укутать голову полиэтиленовой пленкой, а сверху — полотенцем, и оставить не менее чем на 1 час (можно на всю ночь).

ВНИМАНИЕ! Кокосовое масло очень жирное, поэтому смывать его надо с шампунем за два-три раза. А при жирной коже головы его можно использовать только для кончиков волос.

● Смешайте 2 ст. ложки теплого миндального масла с 1 ст. ложкой молока и 1 ст. ложкой размолотого геркулеса.

Нанесите маску перед мытьем на кожу головы, распределите по волосам. Оберните голову полиэтиленовой пленкой, а поверх нее — полотенцем. Через 30 минут смойте.

Маска восстанавливает волосы, поврежденные от солнца или химической за-

вивки.

● Смешайте по 1 ч. ложке пюре из мякоти листьев алоэ и миндального масла, нанесите на кожу головы, немного помассируйте и смойте прохладной водой.

Маска поможет справиться с зудом, раздражением кожи и перхотью.

● Добавьте в сметану или йогурт 1 ч. ложку теплого кокосового масла, перемешайте и нанесите на волосы перед мытьем. Оберните голову полиэтиленовой пленкой и махровым полотенцем. Через 30 минут вымойте голову с шампунем 2-3 раза.

Маска хорошо восстанавливает жирные волосы.

● Соедините 1 ст. ложку твердого кокосового масла и 1 ч. ложку меда, нагрейте на водяной бане, перемешайте до однородности и нанесите теплую смесь на волосы по всей длине. Оберните голову полиэтиленовой пленкой, а поверх нее — полотенцем. Через 40 минут вымойте голову.

Маска добавляет волосам эластичности и укрепляет корни.



ДОМАШНИЙ ТЕРМОЗАЩИТНЫЙ СПРЕЙ

Все знают, что перед использованием щипцов, утюжка или термобигуди на волосы следует нанести термозащитное средство. Но его не обязательно покупать, а можно приготовить в домашних условиях.

Вам понадобится миндальное и кокосовое масло. Не жалейте денег, купите два этих масла. На термозащитное средство у вас уйдет несколько капель, а остальное вы сможете использовать для ухода за волосами. Оба эти масла — лучшие средства для волос, их можно добавлять в любую маску.

Храните открытые масла в холодильнике.

● Налейте в бутылочку с распылителем 200 мл кипяченой воды, добавьте 2-3 капли кокосового, 4-5 капель миндального масла и 1-2 крошечные капли кондиционера для волос, добавьте еще 50 мл воды и хорошенько встряхните бутылочку, чтобы получилась однородная эмульсия. Когда пена осядет, спреем можно пользоваться.

Перед каждым следующим использованием спрей следует встряхивать.

С ЧЕЛКОЙ НЕ БУДЕТ ПРОБЛЕМ

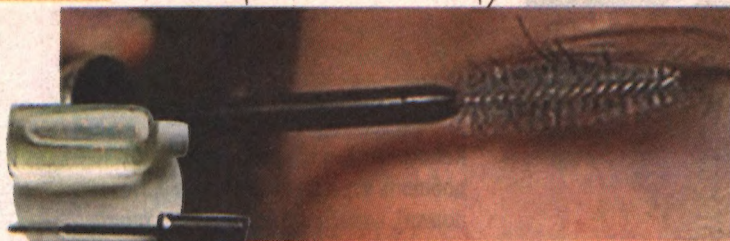
У меня высокий лоб, и я ношу челку, но из-за нее мне приходится чаще мыть голову, потому что уже на второй день после мытья и укладки она становится жирной и превращается в сосульки. Портить волосы частым мытьем не хотелось бы, но и без челки я ходить не могу.

Чтобы челка быстро не становилась жирной, укладывая волосы, не наносите на нее никаких средств. Просто, с помощью щетки, а еще лучше — чистых пальцев и фена в самом щадящем режиме, уложите челку.

Когда она потеряет форму и станет немного жирнее, чем после мытья, смешайте в ладони немного воды и капельку шампуня, разотрите в ладонях и смочите челку, а потом уложите феном. При таком способе укладки Вам не придется часто мыть голову.

Если Вы очень торопитесь и у Вас под рукой есть сухой шампунь, сбрызните им челку снизу и уложите с помощью фена.





РЕСНИЦЫ — ПРОСТО СУПЕР!

Все знают, что для ресниц очень полезно касторовое масло. Красавицы использовали его еще в прошлом веке. Но тогда у них не было туши для ресниц в тюбиках, а она может значительно облегчить нанесение масляных масок на ресницы.

Тщательно вымойте тюбик и щеточку от использованной туши. Заполните его на четверть касторовым маслом, еще на четверть гелем алоэ вера, а оставшуюся половину объема — масляным раствором витамина Е. Каждый день перед сном щеточкой наносите средство на ресницы. Следите, чтобы оно не попало в глаза.

Касторка утолщает ресницы, алоэ вера — удлиняет, а витамин Е — способствует росту. Так что через месяц применения этого средства вы наверняка услышите от кого-то из подруг: «Ресницы — просто супер!»

ЕЖЕНЕДЕЛЬНОЕ ОТБЕЛИВАНИЕ

Профессиональное отбеливание зубов — удовольствие не из дешевых. К тому же, его проводят за один сеанс, поэтому средства используют довольно агрессивные по отношению к зубной эмали. А можно ли отбелить зубы самым простым средством и никуда не торопясь? Запросто!

Чистите зубы один раз в неделю усовершенствованной зубной пастой и у вас все получится.

Чтобы приготовить такую пасту, смешайте в стеклянной посуде небольшой емкости обычную порцию вашей зубной пасты и 0,5 кофейной ложечки пищевой соды. Добавьте такое же количество 3%-ной перекиси водорода и воды. Все тщательно перемешайте, зачерпните зубной щеткой и чистите зубы 2 минуты, а затем хорошенько прополощите рот.

Когда желаемый оттенок белоснежности будет достигнут, поддерживайте его с помощью этого же средства, по необходимости.



ВАЗЕЛИН ВМЕСТО ТУШИ

У меня от природы длинные и темные ресницы. Если я их крашу, они выглядят, как приклеенные, а я становлюсь похожа на куклу. Вот и не крашу. А тени в сочетании с ненакрашенными ресницами выглядят странно. Приходится пользоваться только тоном и блеском для губ.

Фактически Вы делаете так называемый макияж в натуральных тонах, его еще называют «голое лицо». А для него есть маленький секрет, которым пользуются профессиональные визажисты. Нанесите на ресницы вместо туши обычный вазелин. Он делает ресницы немного темнее, более оформленными, но не портит и не приподнимает вверх, так что «кукольного» взгляда не будет.

Вазелин наносите отмытой начисто щеточкой от использованной туши.



МАСКИ С ВИНОГРАДОМ

Пришла пора обратить внимание на виноград. Маски из него помогут избавиться от большинства проблем с кожей, поскольку эта замечательная ягода содержит антиоксиданты, органические кислоты, полифенолы и эфирные масла, которые оказывают благотворное действие на кожу, тонизируя, омолаживая, укрепляя стенки сосудов кожи. А еще они очищают, защищают, регенерируют, способствуют улучшению цвета лица, уменьшают воспаление кожи и помогают избавиться от темных кругов под глазами.

● Для масок лучше использовать белый и розовый виноград, темные сорта могут окрасить кожу.

● Косметологи рекомендуют смывать маску из винограда слабым настоем чая.

● Виноградные маски лучше делать курсами (10-12 масок) 2-3 раза в неделю.

ДЛЯ НОРМАЛЬНОЙ КОЖИ

● Смешайте по 1 ч. ложке виноградного пюре, желтка и картофельного крахмала. Нанесите маску на кожу лица толстым слоем на 20 минут, а затем смойте теплой водой.

Маска питает кожу, возвращает ей гладкость и здоровый вид.

ДЛЯ СУХОЙ КОЖИ

● Добавьте к 1 ч. ложке жирного мягкого творога столько же виноградного пюре и 0,5 ч. ложки меда (если нет аллергии). Нанесите маску на кожу лица на 20 минут, затем смойте теплой водой.

Маска увлажняет и разглаживает кожу.

ДЛЯ ЖИРНОЙ КОЖИ

● Выдавите из 2-3 виноградина сок, смажьте им кожу лица. К взбитому белку добавьте 2 ч. ложки пюре из мякоти винограда и нанесите на кожу толстым слоем. Через 15



ОТВЕТЫ

мамам



Моей дочери 16 лет. Два месяца назад у нее воспалился надключичный лимфоузел справа, до воспаления лимфоузла три недели держалась температура 37,5 и очень болело горло; после воспаления лимфоузла сдала анализ крови, в котором изменений не выявлено. Через неделю при УЗИ

лимфатических узлов шеи врач выявил множественные увеличенные измененные лимфатические узлы в шейной области. Побежала по рекомендации к гематологу. Тот решил, несмотря на нормальный анализ крови, сделать биопсию лимфатического узла. Анализ показал, что у девочки лимфома Ходжкина. Предложили пройти химиотерапию. Я в ужасе. Онкология крови — почему это возникло? Есть ли надежда на выздоровление?

Лимфома Ходжкина (или лимфогранулематоз, а также болезнь Ходжкина) — онкологическое заболевание, при котором первично поражается лимфатическая система. Уже в конце 1970-х годов лимфома Ходжкина стала одним из первых онкологических заболеваний, которое было признано потенциально излечимым. Ученые выделяют такие причины возникновения заболевания:

- генетическая предрасположенность к лимфогранулематозу
- перенесенная инфекция, вызванная вирусом Эпштейна-Барр (инфекционный мононуклеоз)
- наличие вируса иммунодефицита человека (ВИЧ)
- воздействие на организм химических веществ и канцерогенов.

Диагноз считается доказанным только в том случае, если при гистологическом исследовании ткани лимфатического узла найдены специфические клетки Березовского-Рид-Штернберга. Характерных изменений в анализах крови не бывает. У части больных отмечается увеличение СОЭ, иногда — тен-

денция к нейтрофильному лейкоцитозу или лимфоцитопения. Трепанобиопсия подвздошной кости (желательно билатеральная) — обязательная процедура, так как является единственным методом, подтверждающим или исключающим специфическое поражение костного мозга. При постановке диагноза указывается форма и стадия заболевания. Подробный диагноз позволяет правильно подобрать индивидуальный курс лечения — в зависимости от прогностических факторов, распространенности и возможности повторного применения лучевой терапии.

Используется новый метод диагностики — позитронно-эмиссионная томография (ПЭТ). Он может применяться до лечения для уточнения объема поражения и выявления субклинических очагов.

Однако наибольшее значение при лимфоме Ходжкина ПЭТ имеет для подтверждения полноты ремиссии и предсказания рецидива, особенно в тех случаях, когда имеются остаточные опухолевые массы. Современные программы лечения первой линии приводят к полному выздоровлению (ремиссии) у 70-90% первичных больных лимфомой Ходжкина. В лечении используются принципы радикальной лучевой терапии.

В конце 1970-х годов, на смену радикальной лучевой терапии, в лечение лимфомы Ходжкина пришло комбинированное химиолучевое лечение.

**На вопрос отвечала
врач-педиатр,
кандидат медицинских наук
Александра ЕМЕЛЬЯНОВА**

На вопросы отвечает
врач-дерматовенеролог,
кандидат медицинских наук
Ольга ДЕМЬЯНОВА



Мне 38 лет. Замужем, двое детей. Веду здоровый образ жизни, никакими кожными и венерическими заболеваниями не страдала. Несколько лет назад стала донором. Неделю назад хотела сдать плазму, но врач на станции переливания мне сказал, что больше донором я быть не могу, так как при предыдущей сдаче крови у меня выявили положительную реакцию на сифилис (это было в сентябре). Но в декабре я планово обследовалась у гинеколога, сдавала кровь на биохимию, никаких признаков заболевания не было. Сказать, что я была в шоке — ничего не сказать. Как

такое может быть? Муж тоже донор, сдает кровь чаще меня, у него все нормально.

Возможна ли ошибка при анализе, или пробирку с чьей-то другой перепутали?

Все может быть: и пробирку могли перепутать, и пробы в лаборатории, и ложноположительные реакции случаются.

Ваша проблема решается элементарно: нужно провести обследование другим методом, имеющим диагностическое значение. Если это не прояснит ситуацию, можно прибегнуть к другим, еще более специфичным реакциям (РИФ, РИБТ).

Мне 15 лет. С 11 лет на малых половых губах начали появляться маленькие пузырьки с серо-желтым содержимым. Сначала их было мало, а потом стало очень много. Одна малая половая губа стала увеличиваться, сейчас ее размер

около 2 см и начинает расти вторая. А пузырьков очень много, они мелкие, но по всем половым органам, и кожа везде как бы отвисшая. Месячные идут нормально, без нарушений. Что это за болезнь и как ее лечить?

Могу поздравить Вас с тем, что Вы очень внимательный человек, потому что скрупулезно проследили и довольно детально описали возрастные изменения наружных половых органов. Не переживайте, никакой болезни у Вас нет, а то, о чем Вы пишете — нормальное строение слизистой оболочки. «Пузырьки» — это просто сальные железки. А то, что половые губы увеличились и кожа стала как бы отвисшая, так это предусмотрено природой не зря. Во-первых, это защита влагалища от инфекции, во-вторых, отвисшая с запасом кожа хорошо противостоит механическим травмам (как у собачек шарпеев), в том числе в родах.



ПЯТНАДЦАТЬ МИНУТ МАССАЖА — ПЯТЬ ЛЕТ МИНУС ШИАЦУ — МАССАЖ ДЛЯ МОЛОДОСТИ

Все салонные косметические процедуры, связанные с видимым омоложением лица — удовольствие дорогое и, к сожалению, временное. Даже скальпель пластического хирурга не может повернуть время вспять и вернуть молодость увядшей коже. Процесс старения необратим, но его можно замедлить и даже, как в кино, немного отмотать назад, если регулярно использовать точечный массаж шиацу. Во всяком случае, его изобретатель Токудзиро Намикоси (Намикоши) почил в возрасте 95 лет, а выглядел при этом в два раза моложе.

ОТ ЛЕЧЕНИЯ К ОМОЛОЖЕНИЮ

Название массажа шиацу произошло от двух японских слов: «надавливание» и «палец». Токудзиро Намикоси изобрел его в начале XX века, основываясь на классической анатомии и тибетской медицине, чтобы облегчить своей маме боли, вызванные ревматическим артритом. Массаж, основанный на надавливании на биологически активные точки, оказался настолько универсальным, простым и эффективным, что был официально признан в Японии как один из методов лечения.

Со временем массаж стали использовать не только для лечения, но и для омоложения. Кстати, у этой системы есть огромный бонус. Вместе с возвращением молодости кожи вы получите устранение расстройств сна и синдрома хронической усталости, улучшение зрения и эмоционального состояния.

ЭФФЕКТ ОТ МАССАЖА

Воздействие на биологически активные точки, расположенные на лице, стимулирует ускоренную выработку коллагена и эластина — тех белков, которые отвечают за эластичность, тургор кожи и обеспечивают поддержку ее молодости. Попутно массаж улучшает капиллярное кровообращение и лимфоток в коже, что позволяет ей быстрее освобождаться от токсинов.

Регулярное применение массажа

- укрепляет мышцы лица
- разглаживает морщины и замедляет образование новых (мимических и статических)
- нормализует отделение кожного сала, помогая избавиться от угревой сыпи
- выравнивает овал и цвет лица.

ПОЧЕМУ ЛУЧШЕ САМОМАССАЖ

Если лечебный шиацу лучше доверить профессионалу, то массаж, направленный на омоложение, желательно делать самостоятельно.

Во-первых, он основан на тактильных ощущениях — точное расположение точки и степень нажатия самим контролировать проще.

Во-вторых, ваши пальцы со временем запоминают алгоритм движений, и массаж проходит легче и быстрее.

Кроме того, активная работа рук способствует приливу крови к пальцам, на которых множество своих активных точек, отчего устраняется застой крови в других участках тела, нормализуется мозговое кровообращение и работа нервной системы.

ВАЖНО ЗНАТЬ

- Лучшее время для массажа — утро.
- Перед массажем надо умыться и разогреть кожу горячим (температура 45–50°) компрессом в течение 2–3 минут, чтобы снять напряжение мышц лица и расширить сосуды, а затем нанести на кожу увлажняющий крем, дать ему впитаться в течение 5 минут, и только после этого можно начинать массаж. Все то время, пока вы готовитесь, желательно провести спокойно и в горизонтальном положении.

● Подготовить надо не только кожу лица, но и руки. Помассируйте, потрите руки, постучите друг о друга подушечками пальцев. Ваша задача разогреть их.

● Принцип массажа, как вы уже поняли, заключается в надавливании на биологически активные точки. На парные (расположенные симметрично с двух сторон) надавливают тремя пальцами: указательным, средним и безымянным. На одиночные точки — большим пальцем. Если одновременно работают обе руки, сила нажатий должна быть примерно одинаковой.

● Нажимать на нужные точки следует исключительно подушечками пальцев, расположив их строго перпендикулярно коже. По словам автора массажа, следует «давить, а не массировать».

● При надавливании нельзя делать подушечками пальцев никаких круговых движений, чтобы не растягивать кожу.

● Время воздействия на каждую точку, расположенную на лице, от 5 до 7 секунд. На шею и яремной впадине — не более 3 секунд. Этого времени доста-

точно для получения эффекта, который будет длиться в течение суток.

● Сила нажима зависит от толщины кожи и подкожного жирового слоя. Давить следует так, чтобы ощущения были на грани болезненности, но не более того. Там, где начинается боль, лечение заканчивается.

● Шиацу нужно практиковать 20 и более дней подряд. При необходимости (на время менструации) можно сделать перерыв, а потом повторить курс.

КАК ПРАВИЛЬНО НАЙТИ ТОЧКИ

Никакая, даже самая подробная и крупная иллюстрация с обозначением активных точек не поможет точно найти их на своем лице. Помогут исключительно ваши ощущения.

Определите по приведенному далее рисунку расположение точки и попробуйте надавить на это место. Залогом правильного попадания в точку будет легкая болезненность при нажатии. Чтобы подтвердить свои ощущения, надавите пальцами точки вокруг найденной, отступив 1–2 мм во все стороны.

Найти точку также поможет ощущение того, что участок под пальцами более плотный, чем соседние. Визуально он может отличаться по цвету, рисунку кожи, может быть более теплым или холодным на ощупь.

ВНИМАНИЕ! ВО ВРЕМЯ ПОИСКА ТОЧКИ ПАЛЬЦЫ НАДО ОТРЫВАТЬ ОТ КОЖИ И ПЕРЕСТАВЛЯТЬ, А НЕ ДВИГАТЬ ПО КОЖЕ!

После двух-трех сеансов вы будете знать точное расположение массажных точек конкретно на вашем лице. Именно поэтому омолаживающий массаж советуют делать своими руками.

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

- Тяжелые заболевания сердечно-сосудистой системы.
- Тяжелые поражения почек и печени.
- Опухоли любой этиологии. При них противопоказан любой массаж, он может спровоцировать рост опухолей.
- Если есть опасность кровотечений

или отрыва тромба: тромбофлебит, аневризма сосудов, язвенные болезни ЖКТ.

● Нельзя применять шиацу во время месячных. При склонности к маточным кровотечениям нужно соблюдать осторожность и в другие дни.

● Пониженное внутричерепное давление.

● Проблемы с кожей: купероз, герпес, дерматит, фурункулез, любые воспалительные процессы, открытые раны (причем, не только на лице).

Но бывает, что этих проблем нет, а шиацу все равно не подходит, поэтому на всякий случай следует проконсультироваться с дерматологом.

АКТИВНЫЕ ТОЧКИ

● Тремя пальцами надавите на точки, указанные на рисунке. Двигайтесь от центра к вискам, нажимая через каждые 0,5 см. Не забывайте отрывать пальцы при передвижении. Каждую точку надавливайте 5-7 секунд (точки 1).

● Положите три пальца на указанные точки на бровях и одновременно надавите. Держите 5-7 секунд (точки 2).

● Указательными пальцами надавите на точки у внешнего уголка глаза, затем — у внутреннего (точки 3, 4).

● Соедините три пальца вместе и довольно сильно надавите на точку между бровями (точки 5). Массаж этой точки поможет также снять головную боль и даже купировать приступ мигрени.

● Тремя пальцами надавите на верхнее веко ниже бровей, не затрагивая области глазницы — не давите на глаз! (точки 6).

● Теми же пальцами надавите на точки, расположенные по нижней границе глазницы (точки 7).

● Тремя пальцами надавите на точки под скулами (точки 8).

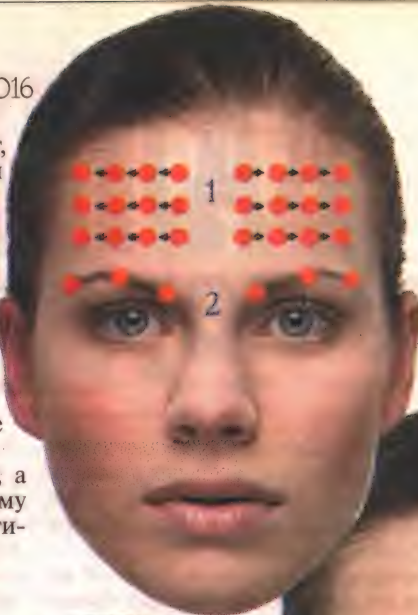
● Большими пальцами надавите на симметричные точки у крыльев носа (точки 9).

● Большим пальцем надавите на точку, расположенную посередине между верхней губой и носовой перегородкой (точка 10).

● Большими пальцами надавите на точки в уголках губ (точки 11). Нащупайте мышцу и не выходите за ее пределы.

● Большим пальцем надавите на впадинку под нижней губой (точка 12). Внимание! Нажимать нужно на десну, а не на зубы.

● Слегка приподнимите голову. Тремя пальцами обеих рук давите на точки, расположенные на нижней челюсти (точки 13) в течение 5 секунд, затем большими пальцами прижмите парные



точки под челюстью (точки 14), а затем в 4 движения пройдите таким образом всю кромку нижней челюсти. Не забывайте отрывать пальцы от кожи.

● Одновременно тремя пальцами обеих рук надавите на парные точки на боковых частях шеи. Прижимайте очень осторожно, чтобы не пережать сонную артерию, и держите не более 3 секунд (точки 15).

● Подушечкой большого пальца очень легко надавите точку, расположенную в яремной впадине. Держите не более 3 секунд (точка 16).

● Тремя пальцами надавите на точки под мочками ушей. Держите 5-7 секунд (точки 17).

КОРОЛЕВСКИЕ ТОЧКИ

Когда первые результаты по омоложению кожи будут достигнуты, вы можете перейти на массаж королевских точек. Все они парные, поэтому работайте двумя руками.

Тенью (теньё)

Находится между челюстью и боковой мышцей шеи, на расстоянии 1,5-2 см вниз от мочки уха. При надавливании на нее появляются болевые ощущения, которые проходят после нескольких процедур.

Воздействие на эту точку улучшает цвет лица и помогает избавиться от отеков.

Корео

Находится под скулой перпендикулярно зрачку. Узнать ее можно по болезненности при надавливании.

Воздействие на эту точку способствует устранению морщин и убирает провисание кожи щек.

Соккоку

Находится на два пальца выше верхушки уха, в небольшой впадинке.

Воздействие на эту точку подтягивает и разглаживает кожу, и, как бонус, избавляет от головной боли.

Королевские точки массируют большими пальцами. Улыбаясь, сделайте глубокий вдох через нос. Выдыхая через рот, нажимайте на парные точки не более 3 секунд. Расслабьтесь. Массаж делают в три подхода на каждую пару точек.

Подготовила Валентина ЖИЛИНА

ВАЛЕРИАНА лекарственная

Valeriana officinalis L.



Валериана лекарственная — многолетнее травянистое растение из семейства валериановых, с коротким корневищем, от которого отходят многочисленные придаточные корни.

В первый год жизни растения развивается только розетка листьев. На второй год вырастает облиственный стебель высотой от 1 до 2 метров, внутри полый, снаружи бороздчатый, заканчивающийся разветвленным соцветием.

Цветки валерианы мелкие, душистые, лиловые, бледно-розовые или почти белые, собраны в верхушечные щитковидные соцветия. Цветет валериана с мая до августа, плоды созревают в июле-сентябре. Плод — мелкая бурая продолговатая семянка.

Валериана — давно и широко известное лекарственное растение. Ее знали еще во времена Гиппократов (V-IV вв. до нашей эры). О ней писали Dioscorides и Плиний, а также травники Средневековья.

Валериана лекарственная широко распространена по всей России.

Лекарственным сырьем валерианы являются корневища с корнями. Они содержат эфирное масло, валериановую кислоту, сахара, камедь, дубильные вещества и т. д. Но ни одному из многочисленных веществ, входящих в состав валерианы, нельзя приписать решающего лечебного эффекта. Он определяется всем комплексом веществ, содержащихся в корневищах и корнях валерианы.

Препараты из валерианы уменьшают возбудимость центральной нервной системы, снимают спазмы гладкой мускулатуры, способствуют расширению сосудов сердца и понижению кровяного давления.

Их применяют как успокаивающие средства при нервном возбуждении, бессоннице, истерии, судорогах, вегетоневрозах, сердечных неврозах, а также при сильной возбудимости и учащенном сердцебиении в связи с повышенной функцией щитовидной железы.

Лекарства из валерианового корня эффективны при спазматических болях в желудке и кишечнике, сопутствующих болям в печени, желчном пузыре, в области сердца и устраняют хронические запоры.

Особенно ценят в народной медицине валериану как средство, смягчающее климактерические страдания женщин.

Фармацевтическая промышленность выпускает готовые лекарства из валерианы различной активности, поэтому дозировку их обязательно должен назначить врач.

Корень валерианы входит в состав популярных препаратов для лечения сердечно-сосудистых заболеваний — валокардина и капель Зеленина.

Вообще валериановый корень — компонент многих успокоительных, желудочных и ветрогонных сборов.

Долгое бытовавшее мнение об успокаивающем действии одного только запаха настойки валерианы недавно опровергнуто учеными. Для получения лечебного эффекта лекарство на основе корня валерианы надо принять внутрь. Его благоприятное воздействие достигается лишь при приеме достаточной высокой дозы лекарства.

● **При нервной бессоннице, болях в сердце невротического происхождения, для регулирования числа сердечных сокращений и понижения кровяного давления**

применяют готовые экстракты, которые служат добавкой к общим ваннам. При приготовлении отвара в домашних условиях для полной ванны требуется 500 г корня валерианы.

● **При приливах крови к голове**, особенно у женщин в период климакса, 1 ст. ложку корней промыть, высыпать в термос, залить 1 стаканом кипятка и оставить настаиваться на ночь. Принимать на следующий день. Дозировка индивидуальная: обычно принимают по 1 ст. ложке настоя 3-4 раза в день; при повышенной возбудимости можно выпить весь настой за 3 раза по 1/3 стакана.

● **При тех же состояниях** можно залить 5 г толченого корневища 1 стаканом кипятка, настаивать 2 часа, процедить. Пить по пол-

стакана утром и вечером перед сном.

● **При ишиасе, неврозах, бессоннице, ожирении, ревматизме, половом бессилии** рекомендуется взять 30 г измельченных корневищ и залить 1 л холодной воды. Настаивать в течение 1 часа, кипятить 20 минут, настаивать еще 5 минут. Процедить, вылить в ванну с водой температуры 36-36,5° и принимать перед сном. Курс лечения 12-14 ванн.

● **В качестве успокаивающего средства при повышенной нервной возбудимости и спазмах кишечника** 1 ст. ложку измельченного корня валерианы залить 1 стаканом кипятка; настаивать 30 минут, после остывания процедить. Принимать 2-3 раза в день: детям школьного возраста — по 1 десертной ложке, дошкольникам — по 1 ч. ложке.

● **При скарлатине, а также приступах мигрени**, 1 ст. ложку сухих корневищ заливают 1 стаканом холодной кипяченой воды. Настаивают в закрытом сосуде в течение 12 часов, затем процеживают. Принимают по 1 ст. ложке 3-4 раза в день до еды. В этих же случаях принимают порошок из сухих корней валерианы по 1-2 г на прием, но не более 3-4 г в день.

● **При судорогах у детей** 2 ч. ложки измельченных сухих корней валерианы залить 1 стаканом воды и нагревать на кипящей водяной бане 15 минут. После остывания процедить и давать ребенку 2-3 раза в день по 1 ч. ложке настоя.

● **При сердцебиении, а также при болях в области сердца** готовят отвар: 1 ч. ложку измельченных корней залить 1 стаканом воды; настаивать 8-10 часов, затем поставить на огонь, довести до кипения и кипятить 10 минут. Дать настояться до остывания, процедить и выпить все приготовленное количество отвара перед сном в несколько приемов.

● **Чтобы быстро снять зубную боль**, можно положить между больным зубом и щекой свежие листья валерианы (можно эти листья просто пожевать).

ВНИМАНИЕ!

Лечебное действие валерианы сугубо индивидуально. У некоторых при систематическом применении валерианы наступает значительное и стойкое улучшение самочувствия, но есть больные, которые не переносят валериану.

Более 1,5-2 месяцев без перерыва валериану принимать не следует, так как могут появиться ощущения дискомфорта, головная боль, беспокойство.

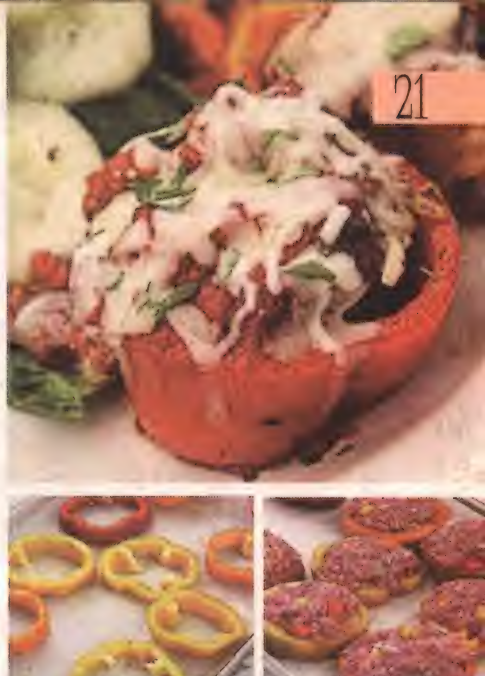
Лилия ГЛЕБОВА



ФАРШИРОВАННЫЙ ПЕРЕЦ КОЛЬЦАМИ

21

Удалите из крупных мясистых перцев семена, перегородки и порежьте кольцами шириной 1,5-2 см. Остатки перца измельчите. К мясному фаршу добавьте порезанный перец, размоченную булку, чеснок, яйцо, соль, черный молотый перец, специи и немного тертого на мелкой терке сыра. Заполните фаршем кольца из перца и слегка обжарьте их с обеих сторон на хорошо разогретой сковороде с растительным маслом. Осторожно переложите на противень и каждое кольцо покройте пюре из свежих помидоров. Запекайте в разогретой духовке на среднем огне 30-40 минут, затем посыпьте тертым сыром и оставьте кольца в духовке, чтобы сыр расплавился. Блюдо подавайте горячим.



САЛАТ ОСЕННИЙ

Смешайте в большой миске 1,5 стакана нарезанного кубиками арбуза, 0,5 стакана кубиков персика или нектарина, 400 г порезанных пополам красных и желтых помидоров черри. Для заправки смешайте 2 ст. ложки лимонного сока, 0,5 ст. ложки оливкового масла, 1 ст. ложку меда, 1 ст. ложку белого рома, соль и перец — по вкусу. Заправьте салат, выложите в салатник и посыпьте тыквенными семечками.



ПАЛОЧКИ ИЗ БРОККОЛИ

Отварите 400-500 г брокколи почти до готовности, откиньте на дуршлаг и тут же опустите в ледяную воду, чтобы капуста не стала мягкой. Мелко порежьте брокколи, добавьте 2 крупных яйца, мелко порезанную половинку луковицы, 150 г натертого на мелкой терке сыра, 100 г панировочных сухарей, несколько измельченных веточек петрушки, соль и перец — по вкусу. Все тщательно перемешайте и слепите из полученной массы брусочки. Выложите их на застеленный бумагой противень и запекайте 25 минут до хрустящей корочки. Подавайте с томатным соусом.



ОВОЩНАЯ ЛАЗАНЬЯ

Порежьте вдоль большими ломтями 2 крупных баклажана, 1 молодой кабачок, 2 крупных сладких перца. Выложите их на смазанный маслом противень и испеките в разогретой духовке до мягкости. Отдельно спассеруйте на растительном масле большую мелко порезанную луковицу и 8 зубков чеснока. Снимите кожицу с 3 спелых помидоров и измельчите их в блендере в пюре. Выложите к луку, посолите, поперчите, добавьте прованские травы и тушите еще 10 минут, пока не выпарится лишняя жидкость. Измельчите по несколько веточек укропа, петрушки, зеленого базилика и кинзы. Берите только листики — без стебельков.

В форму для запекания выложите на дно треть соуса из помидоров, затем половину ломтей баклажанов, сверху посыпьте измельченной зеленью, накройте ее половиной оставшегося соуса, затем разложите ломтики перца, кабачка, оставшиеся баклажаны и оставшийся соус. Запекайте лазанью в разогретой духовке 20 минут, затем посыпьте тертым сыром и дайте ему расплавиться в духовке. Подавайте лазанью горячей.



РАССТЕГАИ С МЯСОМ И КАРТОШКОЙ

Отварите 0,5 кг очищенного картофеля, посолите, поперчите, разомните и перемешайте со сливочным маслом. Порежьте на мелкие кусочки 0,5 кг постной свинины и обжарьте ее до готовности с луком, солью и перцем.

Дрожжевое тесто тонко раскатайте и порежьте на прямоугольники размером 25 на 20 см. Отступив от краев узких сторон, сделайте надрезы.

На пласти теста выложите по порции картофельного пюре, поверх него мясо с луком и кубики соленого или маринованного огурца. Заверните края теста с надрезами внахлест так, чтобы через надрезы была видна начинка. Дайте расстегаям расстояться, поверх начинки посыпьте тертым сыром, смажьте тесто взбитым яйцом и выпекайте в разогретой духовке до готовности.





ФАРШИРОВАННАЯ КУРИНАЯ ГРУДКА

Смешайте 1 стакан абрикосового джема, 1/3 стакана измельченных ядер грецких орехов, 2 ст. ложки майонеза, 1 ст. ложку кетчупа и сухую горчицу на кончике ножа.

Спассеруйте на растительном масле большую мелко порезанную луковицу, 2 черешка сельдерея, 100 г мелко порезанных шампиньонов, посолите и жарьте, помешивая, пока жидкость не выпарится.

Залейте 2 ст. ложки панировочных сухарей 0,5 стакана куриного бульона и дайте им разбухнуть.

6 куриных грудок надрежьте вдоль, разверните, отбейте до толщины 3-5 мм, посолите и поперчите. Смешайте грибы и сухари и выложите поровну на пласты курицы. Сверните мясо рулетами, выложите на смазанный маслом противень, сверху полейте абрикосовой смесью и запекайте в духовке до готовности курицы.



ОВОЩИ С ТЕФТЕЛЯМИ

Порежьте кружками 10 маленьких очищенных картофелин, 1 кабачок или цуккини, 1 баклажан, 1 луковицу и 3 помидора, выложите все в глубокую форму для запекания, посолите, поперчите, посыпьте приправами и перемешайте. Из 0,5 кг фарша с солью и перцем слепите маленькие плоские тефтели, выложите их поверх овощей, влейте 1 стакан томатного сока и запекайте в духовке до готовности картофеля и золотистой корочки.

БАКЛАЖАНОВЫЕ КОНВЕРТИКИ

Из середины длинных баклажанов вырежьте по 2-3 ломтика, посолите, поперчите и обжарьте на сковороде, но не до полной мягкости — впереди еще запекание. Из приправленного солью и перцем фарша приготовьте небольшие фрикадельки и обжарьте их до корочки на растительном масле. Положите крест-накрест два ломта баклажана, на перекрестье выложите фрикадельку, края ломтей поднимите вверх и закрепите конвертик длинной зубочисткой или шпажкой, на которую наколоты кусочек сладкого перца и ломтик помидора. Запекайте конвертики в духовке, пока перец и помидор не станут мягкими.



РЫБА С ОВОЩАМИ

Любую очищенную от чешуи и выпотрошенную тушку рыбы посолите, поперчите и обжарьте на растительном масле. Если рыба большая, запеките ее в духовке. Поверх рыбы выложите 2 большие луковицы, мелко порезанные и спассерованные, 3-4 крупных сладких перца полосками, 2 больших помидора кубиками, добавьте 2 измельченных зубка чеснока, посолите и поперчите. Накройте сковороду крышкой и тушите до готовности. Если вы запекаете рыбу в духовке, накройте ее вместе с овощами фольгой, как крышкой.



ПИРОГ С ОВОЩАМИ И ВЕТЧИНОЙ

Раскатайте потоньше 2 пласта готового бездрожжевого слоеного теста. Одним пластом полностью закройте дно и края формы для пирога. Большой баклажан разрежьте вдоль пополам, нарежьте полукруглыми ломтиками и подрумяньте на сковороде-гриль. 3 крупных помидора разрежьте пополам, освободите от семян и тоже нарежьте полукруглыми ломтиками. Кружки вареной ветчины разрежьте пополам.

В форму вдоль бортика по кругу выложите ломтики помидоров, посолите, посыпьте рубленой зеленью орегано. Отрежьте от второго пласта теста полоску и проложите ею помидоры, а рядом выложите ломтики баклажанов, их тоже проложите полоской теста, затем разложите ломтики ветчины и отделите их полоской теста. Продолжайте чередовать полосы овощей и ветчины, пока не дойдете до центра формы. Выпекайте пирог в разогретой духовке до готовности.



23



ПИЦЦА ВЕГЕТАРИАНСКАЯ

Для основы пиццы соедините 4 стакана натертых на крупной терке, посоленных и через 15 минут отжатых от сока кабачка или цуккини, 1 стакан натертого на крупной терке сыра, 2 взбитых яйца, 2 измельченных зубка чеснока, немного сухого орегано, 1 ч. ложку измельченных листьев базилика, 0,5 ч. ложки соли и 2/3 стакана муки. Все хорошо перемешайте, выложите в форме круга на застеленный пергаментом противень и запекайте в духовке до готовности.

Мякоть 4 крупных помидоров и 2 зубка чеснока пропустите через блендер, посолите, поперчите, добавьте 1 ст. ложку растительного масла и выпаривайте лишнюю жидкость на сковороде в течение 20 минут на слабом огне. Смажьте основу пиццы этим соусом, поверх него выложите жареные грибы, ломтики моцареллы, кружки помидора или любые другие ингредиенты по вашему вкусу. Посыпьте тертым сыром и запекайте в разогретой духовке до готовности. При подаче посыпьте зеленью.



ПИРОГ С ПЕРСИКАМИ ИЛИ СЛИВАМИ

Смешайте в миске 1,5 стакана муки, 2 ч. ложки соды и щепотку соли. В другой миске смешайте 1 стакан сахара, 0,5 стакана натурального йогурта, 3 больших яйца и немного ванильного экстракта. Соедините обе смеси, добавьте 2 ст. ложки растительного масла без запаха и перемешайте.

Вылейте тесто в разъемную форму, а сверху выложите ломтики 2 персиков или 3-4 крупных слив. Выпекайте в разогретой духовке 45-50 минут до готовности. Выньте пирог из духовки и дайте ему остыть на решетке 20 минут.



БУЛОЧКИ С ЯБЛОКАМИ

Приготовьте отдельно жидкую и сухую смеси. Для жидкой соедините 150 г мягкого творога, 0,5 стакана сахара, 1 яйцо, 5 ст. ложек растительного масла без запаха и перемешайте. Для сухой смеси соедините 1 стакан муки, щепотку соли, пакетик разрыхлителя и ванильный сахар (если используете ванильный экстракт, добавьте его к жидкой смеси).

Соедините обе смеси, накройте полотенцем и оставьте на 20-30 минут. Разрежьте 3-4 кисло-сладких яблока (без сердцевин) тонкими ломтиками.

Тесто разделите пополам и раскатайте в два круга толщиной около 5 мм. Разрежьте его на 8 секторов, каждый из них надрежьте ближе к узкому концу. На основание треугольника выложите по несколько ломтиков яблока, посыпьте их смесью сахара и порошка корицы. Узким концом накройте яблоки и уголок подверните внутрь. Смажьте подготовленные булочки желтком, смешанным с молоком, при желании посыпьте маком.

Выпекайте в разогретой духовке до золотистого цвета.



24 Хозяюшке ЛЮБИТЕЛЯМ ОСТРЕНЬКОГО

Многие в сентябре готовят впрок на зиму овощные салаты, закуски, домашнюю аджику. В состав практически всех заготовок такого рода входит острый перец. Но некоторые хозяйки намеренно не кладут его в закуски, ведь его надо разрезать, освободить от семян и измельчить. После этого еще как минимум полчаса руки будут гореть огнем, а если вдруг забудешься и почесешь нос или глаза...

Но можно не отказываться от перца, если знать один простой прием, который позволяет измельчить его без вреда для рук и остальных частей тела. Самая жгучая часть в перце — сердцевина с семенами. Вот ее и не надо трогать руками. Положите стручок на разделочную доску и, держа его за плодоножку, осторожно отрежьте ему один бок, потом поворачивайте и отрезайте по кусочку, пока в руках у вас не останется плодоножка с семенником. А порезать мякоть перца не составит труда.

ВЕЧНЫЕ ЦВЕТЫ

Сейчас в продаже есть искусственные цветы, которые даже при ближайшем рассмотрении не отличить от живых. Многие женщины украшают ими свои дома.

Если вы хотите не просто поставить их в вазу, а создать определенную композицию, вам поможет обычная поваренная соль. Добавьте к соли немного воды и перемешайте, чтобы соль увлажнилась. Засыпьте ею вазу или кашпо и разместите цветы в том порядке и под тем углом, который вам больше нравится. Испаряясь, вода превратит соль в твердый конгломерат, стебли цветов будут зафиксированы, и ваша композиция застынет в том виде, какой вы ей придали.

Рано или поздно живые цветы вянут, а искусственные блекнут под слоем скопившейся на них пыли. Чтобы освежить их и удалить пыль, поместите цветы головками внутрь бумажного пакета, в который насыпано 2 ст. ложки мелкой соли, и хорошенько встряхните несколько раз. С освеженных цветов стряхните остатки соли и верните их в вазу.

ЕДИМ КАПУСТУ ПО ЛИСТОЧКУ

Осенью, когда капуста практически полностью выросла и созрела, купить небольшой кочан, что называется, на один раз, практически невозможно. Отрезав кусок от большого кочана на борщ или солянку, остаток приходится прятать в холодильник, так как на воздухе поврежденный кочан быстро портится. Но это не мешает ему заплесневеть и загнить и в холодильнике, если вы забудете о нем на несколько дней.

Как быть? Снимите с кочана два-три верхних неповрежденных листа и отложите в сторону. Затем снимите столько листьев, сколько потребуется для вашего блюда, а остаток заверните в отложенные листья.

Если использовать кочан не по кусочку, а по листочку, то ничего выбрасывать не придется. Неповрежденная капуста хранится долго, а укутывающие кочан листья не дадут ей засохнуть.

КРИОПРОЦЕДУРА ДЛЯ МОЛИ

Меня местами летние и теплые вещи, вы обнаружили, что в ваших шерстяных вещах завелась моль?

Внимательно осмотрите каждую вещь, чтобы не пропустить куколки моли. Не нашли? Это не значит, что насекомые не отложили на ваши вещи личинки. Просто они еще настолько малы, что увидеть их невооруженным глазом нельзя.

Если моль вы успешно истребили, следующий шаг по спасению вещей — криопроцедура. Положите каждую вещь, которая могла пострадать от моли, в отдельный пакет и поместите в морозильную камеру на ночь, а еще лучше — на пару дней. Холод убьет все личинки моли, включая те, которые вы не заметили.



КОВРИК В ХОЛОДИЛЬНИК

Мы привыкли застилать коврами полы, а не помещаем застелить еще и дно ящика для овощей в холодильнике. Такой коврик создаст дополнительную воздушную прослойку и вентиляцию под слоем овощей, что позволит им дольше сохранить свежесть.

Коврик для холодильника можно купить в хозяйственном магазине, он похож на тонкую вязаную мочалку или мелкопористый тонкий, но плотный поролон. А если в магазине вы не нашли ничего подобного, наверняка, у вас такой поролон в доме есть. Его часто используют для упаковки хрупких предметов. Просто вырежьте кусок по размеру ящика для овощей или той полочки холодильника, где вы их храните.

ЛИМОН УБИВАЕТ «АРОМАТ» КАПУСТЫ

Цветная капуста очень вкусна, вот только аромат, который идет от нее при варке, не самый приятный. За пять минут, пока капуста варится, он насыщает весь дом и потом долго не выветривается. Но отказываться от вкусной и полезной еды не надо. Просто положите в кастрюлю перед тем, как опустить в нее соцветия, дольку лимона. Он не только уберет неприятный запах, но и поможет капусте сохранить белизну.

ДЛЯ ОБЛАДАТЕЛЕЙ ПОГРЕБОВ

Пришла пора сыпать в погреб созревшие овощи. Не готовьте для столовой свеклы отдельную тару. Смешайте ее с картофелем. Свекла поглощает лишнюю влагу, предохраняя картофель от гниения, и при этом сама остается плотной и сочной.

Подготовила
Валентина ЖИЛИНА



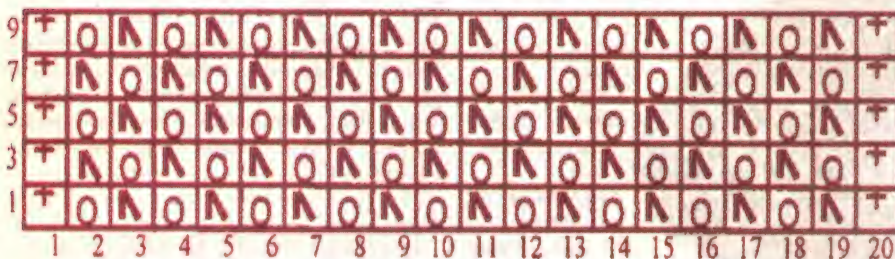
Размер 46-48. Длина по спинке 46 см.

ЖАКЕТ С БАНТОМ

Изящный романтичный жакетик смотрится очень интересно, так как связан по необычной выкройке — одним полотном. Хотите себе такой? Тогда вооружитесь спицами, пряжей и — за дело!

Не забудьте связать образец узора и в процессе вязания сверяйте полотно с выкройкой и своими мерками.

Вам потребуются: пряжа (шерсть 50%, акрил 50%; 300 м/100 г) — 550 г; спицы № 3 для основного полотна, спицы № 2,5 для вязания банта и горловины, игла для сшивания, пуговица Ø 2 см.



Узоры: резинка 1x1 (для планки и манжет), резинка 4x2 (для воротника), ажурный узор по схеме.

Описание работы

Начните с вязания **манжет**. Из отдельных клубков свяжите 2 одинаковых прямоугольника размером 25 см в ширину и 18 см в высоту резинкой 4x2 (4 лиц., 2 изн.). Наберите на спицы 46-48 п.

1-й ряд: кром., * 4 лиц., 2 изн. *, от * до * повторите до конца ряда, 4 лиц. для симметрии, кром.

2-й и все последующие ряды вязать, как смотрит вязка: лицевые — лицевыми, изнаночные — изнаночными.

Затем наберите на спицы 240 п.: 15 п. — для планки (резинкой 1x1), 50 п. для левой полочки, наденьте на спицы 48 п. одного заранее связанного манжета, наберите 80 п. для спинки, наденьте на спицы 48 п. другого заранее связанного манжета, 50 п. — для правой полочки, 15 п. — для планки, которая вяжется резинкой 1x1. Такое количество петель требует тщательного расчета.

Примечание: по заранее связанному образцу основного ажурного узора посчитайте количество петель, равное вашему обхвату вокруг туловища вместе с руками, плюс на заход одной полочки на другую не менее, чем на 12-14 см.

Свяжите набранные петли резинкой 1x1 — 3 см, затем вяжите с каждого края полотна по 15 п. резинкой 1x1 для планок, а полотно — ажурным узором по схеме на высоту 41 см. По горловине перед следует 8-10 р. провязать частичным вязанием, выводя из основного вязания планку (15 п., затем по 5-6 п.). Затем так же провяжите и горловину спинки. Закрывать горловину не следует, так как открытые петли пригодятся для вязания воротника.

Для воротника возьмите спицы 2,5 и свяжите из края горловины резинкой 4x4 полотно высотой 12 см.

Края воротника вяжите резинкой 1x1 (15 п.).

Связав воротник, закройте все петли.

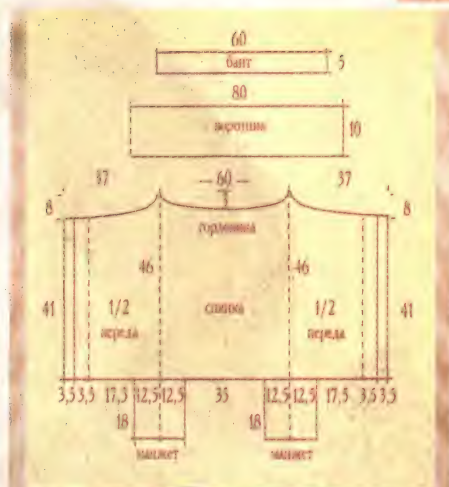
Бант: наберите на спицы 24 п. и свяжите резинкой 1x1 полосу длиной 60 см. Закройте все петли.

Сборка: сшейте манжеты. Вверху правой полочки сделайте петлю для пуговицы из воздушных петель. К левой полочке пришейте пуговицу. Сверните полосу в виде банта и пришейте к левой полочке.

Условные обозначения:

○ — накид

∟ — 2 п. вместе лиц., с наклоном влево.



Размер 46-48. Длина по спинке 50 см.

ЖИЛЕТ С ВЫСОКИМ ВОРОТНИКОМ

Свяжите себе такой стильный жилет. Он связан толстым крючком из толстых ниток самыми простыми узорами, поэтому результат работы вы увидите очень скоро.

Не забудьте связать образец узора и в процессе вязания сверяйте полотно с выкройкой и своими мерками.

Вам потребуются: пряжа (шерсть 100%; 70 м/100 г) — 550 г; крючок № 7; игла для сшивания.

Узоры: по схеме, выпуклые и вогнутые столбики — для воротника.

Описание вязания выпуклых и вогнутых столбиков с накидом: выпуклые стол-

бики

1-й ряд: вяжите простыми ст. с/н.

2-й ряд: свяжите 3 в. п. для подъема. Сделайте накид, введите крючок во второй столбик с накидом предыдущего ряда. При этом столбик с накидом находится поверх крючка. Захватите рабочую нить, вытяните петлю и провяжите столбик, как обычно. Такой рельефный столбик с изнаночной стороны будет похож на вогнутый столбик. Если во всех рядах выполнять такие рельефные столбики, то полотно с двух сторон будет выглядеть одинаково; **вогнутые столбики**

1-й ряд вяжите простыми ст. с/н.

2-й ряд: свяжите 3 в. п. для подъ-

ема. Сделайте накид, крючок с изнаночной стороны введите вокруг столбика с накидом предыдущего ряда. Захватите рабочую нить и вытяните петлю на изнаночную сторону работы. Провяжите столбик, как обычно. Такой столбик с изнаночной стороны будет похож на выпуклый.

Описание работы

Вязание жилета начинается снизу. Начать 60 в. п.

1-й ряд: 1 в. п. для подъема, ст. б/н. в каждую в. п. цепочки. Все дальнейшие ряды вязать ст. б/н. по кругу обратными рядами: провязав ряд, введите крючок в 1-ю п., выполните 1 в. п. для подъема, поверните вязание и вяжите следующий ряд. В противном случае при вязании по кругу нижняя часть жилета будет отличаться от верхней.

Вязать вверх 18 см по схеме. Далее перед и спинку вязать по отдельности.

Перед: убавить по 3 ст. с каждой стороны переда и вязать вверх 24 см до линии горловины. Каждое плечо связать отдельно по выкройке.

Спинка: вязать аналогично переду.

Воротник: связать по схеме. Сшить плечевые швы, обвязать горловину 1 рядом ст. б/н.

2-й ряд: ст. с/н. — основа для вязания резинки из рельефных столбиков.

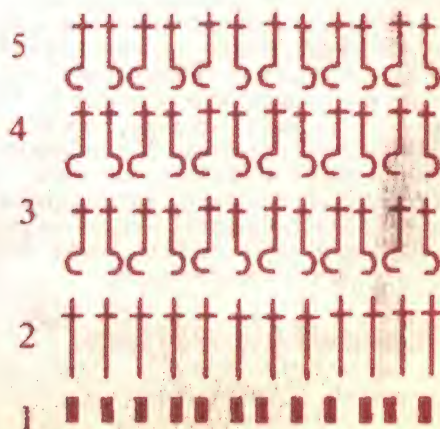
С 3-го ряда приступить к вязанию чередующихся выпуклых и вогнутых столбиков с накидом на высоту 22 см.

Жилет готов!

Условные обозначения:

- I — столбик без накида (ст. б/н.)
- † — столбик с накидом (ст. с/н.)
- ⬆ — выпуклые столбики
- ⬇ — вогнутые столбики.

Подготовила
Юлия ИВАНОВА



СВИТЕР С КОСАМИ

Придать совершенно новый вид старому свитеру поможет замечательный и несложный в исполнении декор из кос, сплетенных вручную из пряжи для вязания.

Для начала создайте узор, который бы вы хотели видеть на своем свитере, воспользовавшись нитками для шитья. Когда вас устроит результат, прорисуйте композицию мелком и удалите нитки. Измерив длину нити, сплетите из пряжи косы подходящего размера, цвета, толщины и пришейте к свитеру вручную.



КОЛЬЕ ИЗ КАШТАНОВ

Для изготовления этого осеннего украшения понадобятся четыре каштана, пять небольших бусин, длинная капроновая ленточка и нитрокраска нужного цвета в баллончике.

Просверлите в каштанах отверстия и покрасьте бусины и каштаны. После этого нанижите поочередно бусины и каштаны на ленточку, и украшение готово!

Если вы любите природный цвет каштанов, можно обойтись и без покраски. Бусины в этом случае лучше тоже взять из натуральных материалов, например, деревянные или металлические.





БАБОЧКА ИЗ МОЛНИЙ

Порадуйте себя новым оригинальным украшением, которое можно смастерить буквально за полчаса.

Стачайте вместе три молнии, сверните пополам и сшейте концы так, чтобы получилось кольцо. Отрежьте небольшой кусочек молнии с бегунком от четвертой застежки и сделайте из нее среднюю часть галстука-бабочки. Можно прикреплять бабочку к одежде с помощью пришитой к изнаночной стороне булавки, а можно пришить к ней эластичную резинку и надевать через голову.



ПРОСТО НАКИДКА

Эту накидку легко смастерить из прямоугольного отреза трикотажа или старого палантина. Для этого сложите ткань пополам, сшейте верхний край, оставив свободным отрезок, достаточный по размеру для горловины, и украсьте плечевой шов металлическими пуговицами разной формы. Такие же пуговицы можно пришить и по нижнему краю изделия.

СУМКА-РЮКЗАЧОК

Интересная сумочка получится из куска фетра, корсажной ленты с пряжкой и застежки-молнии. Форму и размер выкройки сумочки вы можете изменить в соответствии со своими предпочтениями, вырезав ее сначала из бумаги. При складывании края сумочки должны совпадать. По краю пришейте застежки-молнии, прорежьте с помощью канцелярского ножа круглый карман-отверстие и пришейте ленту.





СТИЛЬНОЕ ДОПОЛНЕНИЕ

Дизайнеры не перестают удивлять нас интересными новинками в мире моды. Вот и к началу этого сезона они подготовили нечто особенное: совершенно новый предмет одежды — стильное дополнение к блейзеру или жакету. Эта своеобразная манишка представляет собой две полочки с застежкой посередине в виде молнии или пуговиц, с воротником или даже с капюшоном, который можно пристегнуть с помощью потайных пуговиц или молний к полочкам жакета. К этому своеобразному «жилету без спинки» часто прилагаются манжеты, которые также пристегиваются к изнаночной стороне рукавов жакета. В результате этого комбинирования получается совершенно новый образ и стиль!

Подготовила Валентина КИРНОС



ЛОЖЕЧНО-ВИЛОЧНЫЙ ДИЗАЙН

На Западе вошли в моду серебряные украшения, изготовленные своими руками из столовых приборов. Обычно для таких ювелирных поделок используют вилки и ложки. Каждое из украшений, даже сделанное по образцу — эксклюзив. К тому же, вам никто не мешает придумать свой собственный оригинальный дизайн.

Если вы хотите попробовать свои силы в ювелирном искусстве, то должны быть готовы к тому, что дело это нелегкое и требует времени, как любая работа с металлом.

ИНСТРУМЕНТЫ

Кроме столовых приборов вам понадобятся следующие инструменты.

- Тиски. Наклейте на губки тисков лейкопластырь, чтобы не повредить серебро.
- Ножовка по металлу. Прежде чем распилить ложку или вилку, отмерьте несколько раз, чтобы в дело пошли обе части.
- Резиновый молоток, напильники, надфили и наждачная бумага разной степени жесткости. С их помощью вы будете выпрямлять детали, а также сглаживать неровные и острые края.
- Болванки — деревянные или металлические предметы нужного диаметра, на которых вы будете гнуть серебро. Вы же не станете гнуть заготовки на своих пальцах и запястьях!
- Плоскогубцы и круглогубцы. Ими удобно удерживать заготовки.
- Дрель, если потребуется просверливать отверстия.
- Эпоксидный клей. Он нужен для приклеивания дополнительных украшений: камней и стразов.

КОЛЬЦО ИЗ ЛОЖКИ

Вам понадобится ложка с ручкой, украшенной рисунком или тиснением с обеих сторон. Если у вас тонкие пальчики, то подойдет кофейная ложечка, для пальцев потолще, возможно, понадобится чайная.

- Оберните палец, на котором вы собираетесь носить кольцо, широкой полоской бумаги, отметьте окружность пальца и отрежьте бумагу по отметке.
- Приложите полоску к ручке ложки, чтобы определить, насколько один конец кольца будет заходить за другой.
- Отпилите черпачок ложки, наждачной бумагой отточите место отпила.
- Круглогубцами согните заготовку в разъемное спиралевидное кольцо.



ПРИНЦИПЫ РАБОТЫ

● Если работаете с вилкой, сначала сделайте ее плоской, так как все вилки изначально изогнуты для удобства пользования. Только плоскую вилку можно гнуть, как вам хочется.

● Приборы из мягкого серебра можно гнуть руками. Но встречаются серебряные столовые приборы, которые, несмотря на высокую пробу, не хотят менять форму. В этом случае их лучше предварительно нагреть газовой горелкой для пайки (их продают в магазинах для рукоделия) и согнуть.

● Если вы никогда не имели дело с металлом, не гнули его, потренируйтесь сначала на жесткой проволоке, чтобы понять принцип работы. Так вы быстрее поймете, как надо поворачивать круглогубцы, с какой силой нажимать. Эти умения помогут вам получить именно то, что вы хотите.

«Отрепетировать» работу можно на вилках и ложках из нержавеющей стали, а потом уже переходить на дорогое серебро. Согласитесь, испортить серебряную ложку или вилку, превратив их в лом, когда вы хотите получить украшение, обидно.

Чаще всего из серебряных вилок и ложек делают кольца, кулоны и браслеты. Начните с самых простых.

Подготовила Валентина ЖИЛИНА



МОДНЫЕ СУМКИ

Говорят, что манера носить сумку может многое рассказать о характере ее хозяйки. В этом сезоне психологи могут и ошибиться. Ведь дизайнеры предлагают нам совершенно новые способы ношения сумки, не зависящие от наших предпочтений. Отныне сумки носят совсем по-другому: на поясе, на шее вместо кольца, с короткой ручкой через одно плечо и поперек тела, так, что сумка оказывается где-то подмышкой, вместо одной носят сразу две или три, а иногда и даже как будто нечаянно оставив сумку расстегнутой...

В плане фасонов, материалов и декора фантазии дизайнеров, как всегда, можно только позавидовать. Буйство красок, разнообразие фактур, неожиданные сочетания и эффектные решения – все это было продемонстрировано на подиумах.

На что же конкретно стоит обратить внимание, выбирая новую сумочку?

● **Ручки** – чем необычнее, тем лучше. Прекрасно, если они будут состоять из крупных цепей, напоминать гитарные ремни или ковбойские пояса с заклепками, будут полностью сшиты из меха и декорированы кисточками, платками или бахромой.

● **Форма** – самая разнообразная, от традиционных до необычных и экстравагантных.

● **Размер:** в большинстве своем модные сумки – среднего объема, лучше маленькие, чем огромные.

● **Цвета и материалы** в основном традиционные – кожа или замша, но встречаются и пластик, бархат, гобелен и мех. Выбор цвета зависит исключительно от ваших предпочтений, так как в моде самые разнообразные оттенки и цветовые сочетания.



МОДНАЯ ОБУВЬ

Любительницы креативных фасонов и форм обязательно найдут для себя что-то новое и привлекательное в обувных коллекциях нового сезона. И в них действительно есть на что посмотреть!

Фаворитами нового сезона несомненно станут высокие до бедер сапоги, ботильоны с причудливыми каблуками, остроносые лодочки и шикарные бархатные туфельки.

Выбирая лучшую пару этой осени, обратите внимание на самые модные тренды:

- острый мысок
- множество тонких ремешков
- массивные платформы, каблуки и пряжки
- шнуровка
- сочетание туфли+носки

- кожаные рюши и оборки
- вышивка на замше и бархате
- пайетки и блески
- декор из кожаных кисточек
- обувь с принтами
- меховые детали на туфлях
- богато декорированные каблуки
- обувь золотистых и серебристых оттенков
- обувь с анималистскими рисунками
- туфли и ботильоны с открытыми пятками
- декор металлической фурнитурой
- туфли и колготки «тон в тон».



37



Помогите Марину ГРУЗДЕВА

3 ВШ СТИЛЬ

2

3

НА РАБОТУ

И НЕ ТОЛЬКО...

Костюмы, комплекты, блейзеры, жакеты, разнообразные юбки и брюки составляют основу делового гардероба. Выбираем обновки к началу нового сезона!

1 Хотите создать элегантный образ? Выбирайте комбинированный костюм из твида и кожи. Жакет на «молнии», с баской декорирован контрастным кружевом. Удачным партнером к жакету выступает прямая юбка-карандаш длиной чуть ниже колена.

2 Жакет в этом костюме из твида обладает стильной деталью: контрастным кантом и бантом спереди.

3 Замшевый костюм понравится молоденьким девушкам. Стильная курточка со множеством металлических пуговиц выглядит очень актуально.

4 Костюм в богемном стиле с вышивкой подойдет для лиц творческих профессий. В этом сезоне вышивка — один из главных трендов, так что выбирайте этот костюм, если в вашем офисе не поддерживается строгий дресс-код.

5 Деним и мех? А почему бы и нет! Это интересное сочетание этой осенью в моде. Костюм из юбки и классической джинсовой курочки в новом варианте — подарок для всех, кто хочет выглядеть современно.

4

5

6

7

6 Эффектный комплект из жакета, скомбинированного из кожи, жаккарда и костюмной ткани, и слегка зауженных брюк прямого покроя прекрасно подойдет для офиса.

7 Черно-белый костюм представляет собой образец элегантности. Чтобы костюм сидел, «как влитой», его лучше сшить из ткани с эластичными волокнами.

8 На этот жакет с асимметричной застежкой-«молнией», круглым вырезом горловины, длинными рукавами и баской стоит обратить внимание! Идеально сочетаются с ним брюки широкого покроя, выполненные из ткани более темного тона.

9 Оригинальный комплект из жакета, скомбинированного с трикотажным кардиганом, со смещенной застежкой и рукавами реглан, и брюк с отворотами, декорированных черным кантом, понравится любительницам экстравагантной одежды.

10 Костюм для представительниц «высшего звена»: элегантность, минимум отвлекающих деталей, строгие линии, идеальный силуэт — вот что отличает образ профессионала.

11 Комплект из жакета лососевого цвета и узкой черной юбки радует глаз. Интересный покроя жакета с эффектом запаха, имитацией застежки спереди и «молнией» на спинке говорит об изысканном вкусе и стремлении его хозяйки к оригинальности.

12 Роскошный костюм из жакета с отлетными деталями на полочках, съемным меховым воротником и узкими брючками можно надеть с блузкой или водолазкой.

13 Этот блейзер со смещенной застежкой на одну контрастную пуговицу отличается оригинальными рукавами с воланами и лентами, благодаря которым жакет воспринимается настоящей вещью «от кутюр». Костюм дополнен длинными брюками прямого покроя.



1

2

3

ВОТ ЭТО КУРТКИ!



4

5



Вы не прогадаете, если этой осенью пополните свой гардероб новой модной курточкой из кожи или замши. Именно эти материалы наиболее актуальны в этом сезоне. Смотрите и выбирайте!

1 Комбинированная куртка из кожи трех цветов поражает своим изысканным узором.

2 Замшевая курточка нежно-розового цвета с двумя рядами длинной бахромы прекрасно подойдет к джинсовой одежде.

3 Черная кожаная куртка с баской и поясом с пряжкой поражает изысканным декором — вышивкой «крестиком», которая очень модна в этом сезоне.

4 Курточка с отложным воротничком, «молниями» и объемными заклепками выглядит стильно и оригинально.

5 Элегантная и нарядная курточка из тонкой кожи с эффектом запаха, поясом и оригинальной отделкой шнуром и тесьмой не может не привлечь внимание настоящих модниц.

6 Замшевая курточка с воротником-стойкой декорирована кожаным шнуром и длинными кожаными кисточками. Она прекрасно подойдет как к джинсам, так и к романтичному платью.

7 Кожаная куртка с отложным воротничком с оборкой, карманами с застежками-«молниями» и яркой цветочной аппликацией выглядит очень мило и нарядно.





8



9

10



11



8 Куртка со смещенной застежкой и карманами с «молниями» декорирована изящной вышивкой на воротнике и рукавах.

9 Кожаная куртка с рукавами покроя реглан, потайной застежкой на кнопки и отделкой контрастными планкой и манжетами из кожи «под питона».

10 Эффектная комбинированная кожаная куртка в стиле колорблок с замками, планками и кнопками понравится любительницам одежды в спортивном стиле.

11 Мотоциклетная куртка с кнопками, «молниями» и патами с пряжками декорирована длинной контрастной бахромой из кожи «под питона».

12 Комбинированная замшевая куртка выгодно отличается от других простотой кроя и четким рисунком.

13 Традиционная байкерская кожаная куртка со всеми присущими ей атрибутами — «молниями», кнопками, кармашками и патами с ремешками — на этот раз выполнена с модными спущенными плечами и удлиненной спинкой.

14 Кожаная куртка из кусочков с цветными вставками станет прекрасным дополнением к гардеробу в стиле кэжуал.

15 Кожаная куртка со смещенной застежкой на «молнию» и кнопки и баской выглядит очень элегантно.



13



15



14

СТЕПЕНЬ ЕГО ДОВЕРИЯ

О каких душевных отношениях с мужчиной можно говорить, если он вам не доверяет или доверяет, но как бы не совсем! Ведь доверие — главное условие для долговременных и душевных отношений. Вам интересно узнать, насколько ваш молодой человек доверяет вам? Тогда отвечайте на вопросы нашего теста и выясните, каких фигурок вы своими ответами набрали больше: кружочков, квадратиков или треугольничков. А потом сделайте для себя выводы.



Тест

1 Если во время лекции вам бывает так скучно, что вы боитесь заснуть, вы начинаете представлять себе встречу с мужчиной. С кем?

«Конечно, с кем встречаюсь!» —
«С Павлом Прилучным, не зря же все девчонки от него без ума!» —
«С парнем из нашей группы. Но сначала надо придумать, как обратить на себя его внимание» —

2 У вас есть парень. Не возникает ли у вас желания пофлиртовать с другими мужчинами?

«Нет. Это невозможно!» —
«Если он рядом — конечно, нет, а в его отсутствие — может быть» —

«Невинный флирт плюс маленькая доза адреналина? Почему бы и нет?» —

3 Вы договорились встретиться ровно в шесть. На часах — без пяти... Но на месте встречи вас нет. Где вы можете быть?

«До условленного места мне осталось сделать ровно пять шагов» —

«Я опаздываю, потому что в нашем дворе мальчишки втроем пытались избить малыша-очкарика. Я не могла не вступить за него и продолжила путь, только когда отвела ребенка домой» —

«Дома. После трудного дня прилегла на минутку и нечаянно заснула» —

4 В доверительном разговоре он рассказал о переживаниях своего друга, которому изменяла бывшая девушка. Как вы отреагируете на это?

«Выскажу искреннее сочувствие бедняге-другу и заверю своего милого, что я-то никогда ему не изменю» —

«В голову невольно приходит мысль: «Может быть, он уже подзревает меня?»» —

«К чему он об этом рассказал? Ведь пока никаких обязательств у нас друг перед другом нет» —

5 Любимый уезжает на практику и вынужден пропустить два интересных мероприятия, на которые вы давно собирались пойти

вместе. Что вы скажете ему, когда он вернется?

«А знаешь, я никуда не пошла — без тебя мне. везде будет скучно и неинтересно» — ●

«Я так по тебе скучала, но и на концерт, и на спектакль все-таки сходил — с Ленкой. Хочешь, расскажу, как там было?» — ■

«Извини, но эти два прекрасных вечера мы провели с Димой» — ▲

6 Он поведал вам о себе что-то такое, о чем никогда никому не говорил. Что вы сделаете после этого?

«Абсолютно ничего. Его тайна должна умереть вместе со мной. Он это знает, потому и доверился» — ●

«Обрисую ситуацию в самых общих чертах и все-таки поделюсь с близкой подругой» — ■

«Как только останусь одна, сразу же позвоню всем, кого знаю, чтобы сообщить эту шокирующую новость» — ▲

7 Вы впервые пришли к нему домой, а он оставил вас на полчаса одну, чтобы сбежать в магазин. Что вы будете в это время делать?

«Тут же позвоню подруге, используя возможность полчаса поболтать с ней» — ●

«Сразу пойду к его компьютеру: надо же знать, чем он занимается, в какие игры играет, а может, удастся и почитать, что ему пишут. А если он неожиданно вернется, скажу, что хотела посмотреть, какая завтра будет погода» — ■

«Если он оставил дома свой телефон, залезу в него, чтобы поискать имена других его знакомых девушек» — ▲



ДЕЛАЕМ ВЫВОДЫ

Если за свои ответы вы получили большинство ●, ваш девиз —

«ПРЕДАННОСТЬ — ГЛАВНАЯ ДОБРОДЕТЕЛЬ»

Да, вашему парню многие могут позавидовать: рядом с ним — настоящая «боевая подруга», всегда готовая и поддерживать, и утешить. Вы и не посмотрите ни на кого, даже если вашего милого нет рядом, и секреты хранить умеете. Но... не напоминает ли такая преданность собачью? Ничего ведь не случится, если вы сходите на концерт с подружкой, пока его нет в городе, или помечтаете о ком-то, кроме него!

Вы так «растворяетесь» в отношениях с ним, что сами забываете о себе. Вы живете его жизнью и для него, лишая себя простых и невинных удовольствий. Для чего? И как же быть с вашей жизнью?

Может быть, он и достоин таких жертв, но только в том случае, если отвечает вам тем же.

А вы уверены, что он способен по достоинству оценить ваше отношение? Или он так привык полагаться на вас, что перестал замечать, как вы в чем-то постоянно себя ущемляете — ради него? Полное доверие — это, конечно, хорошо. Но это он вам так доверяет. А вы?

Признайтесь себе, что вас иногда мучает подозрение, что вы отдаете гораздо больше, чем получаете. А может быть, он до сих пор рядом с вами просто потому, что ему так удобно? Никогда не забывайте, что если вы не будете любить и уважать себя, то и другим любить и уважать будет вас не за что.

Большинство значков, которые вы получили за свои ответы, — ■.

Вы считаете, что

ДОВЕРИЯ ДОЛЖНО БЫТЬ В МЕРУ

Выслушать, понять, утешить и дать понять, что вам можно доверять — все это вы можете. Но иногда вам не удастся сдержаться, чтобы не пококетничать и с другими молодыми людьми. И даже если вы страшно скучаете по нему, когда вы в разлуке, не ограничиваете себя четырьмя стенами. Вы же — свободный человек, и вам, как любому нормальному индивидууму, необходимо хоть какое-то личное пространство и время, которое вы можете посвятить себе, любимой. Это никак не должно влиять на ваши отношения, если вы не будете делать ничего такого, что может вам повредить. Например, надо уметь хранить его секреты и ни в коем случае нельзя лезть в его телефон или рыться в бумагах на его столе. Представьте себе, что он так же будет поступать по отношению к вам. Если такое случится, вы даже не сможете на него обидеться — вам отплатили той же монетой.

Своими ответами вы набрали больше всего ▲.

ИГРА В БЕЗРАЗЛИЧИЕ

Возможно, вы «обожглись на молоке» еще задолго до встречи с ним, и теперь, что называется, «на воду дуется», то есть, никому не верите и открыто это демонстрируете. Просто для того, чтобы не было мучительно больно, если ситуация повторится. Вот и ведете себя даже с ним так, чтобы было ясно: вы не дорожите вашими отношениями, и вам все равно, как они сложатся.

Вы бесконечно «лепите» и поддерживаете этот образ — человека, безразличного к доверию.

Как вы думаете, может ваш парень вам доверять, когда его волнует лишь один вопрос: что вас держит рядом с ним?

Если он и вправду вас не интересуется, скажите ему об этом честно.

Но если вам, на самом деле, не все равно, и вы хотите, чтобы он поверил в ваши чувства, измените поведение. А для этого почаще ставьте себя на его место, чтобы понять, чего он хочет, чего ждет от вас. Относитесь к нему более ответственно и не ищите других, таких же безразличных романтических отношений. Забудьте о прошлых ранах и откройте ему свое сердце. Может быть, не все пропало, и вы еще сможете исправить свои ошибки и сохранить отношения.

Гороскоп

с 15 сентября по 15 октября

Астролог-консультант Николай БУР

ОВЕН Во второй половине сентября у некоторых возможны проблемы со здоровьем. После 19 числа жизненная энергия и удачливость у многих рожденных под знаком Овна значительно возрастет, и вы сможете компенсировать потери предыдущего периода. В начале октября не теряйте времени и приступайте к новым планам. Финансовое положение будет устойчивым, а все запланированные поездки пройдут удачно.

Неблагоприятные дни в сентябре: 15, 19, 24, 28. **В октябре:** 3, 8, 13.

ТЕЛЕЦ Во второй половине сентября вам следует проявлять максимум выдержки и осторожности, чтобы избежать конфликтов с деловыми партнерами, в семье и дружеском окружении. В первой половине октября семейная и личная жизнь будет спокойной. Старайтесь быть лояльными и терпеливыми с родственниками, избегайте конфликтов, которые могут затянуться надолго.

Неблагоприятные дни в сентябре: 18, 22, 27. **В октябре:** 2, 6, 11.

БЛИЗНЕЦЫ Во второй половине сентября обстоятельства могут заставить вас уйти в отпуск. Придется много сил и времени отдавать семье. В первой половине октября на работе все будет идти своим чередом, а вот финансовая ситуация будет нестабильной, расходов предстоит много. У кого-то будут свадьбы, у кого-то прибавление в семействе — рождение детей или внуков.

Неблагоприятные дни в сентябре: 19, 23, 28. **В октябре:** 3, 8, 13.

РАК Во второй половине сентября проявляйте больше сдержанности и дипломатичности при общении, не допускайте поспешности и необязательности в делах, иначе вас ждут серьезные разочарования. Активная деятельность после 22 числа будет способствовать успеху, а с 1 по 6 октября — благоприятный период для реализации планов. С 7 по 15 октября уделите внимание здоровью и дому.

Неблагоприятные дни в сентябре: 17, 22, 26. **В октябре:** 2, 6, 12.

ЛЕВ Во второй половине сентября некоторым рожденным под этим знаком придется разбираться в сложных финансовых вопросах и убеждать окружающих в своей правоте. Первая половина октября будет связана с активным общением, созданием новых планов, переговорами, деловыми и романтическими поездками. Звезды обещают успех в делах, поездках и хорошее самочувствие.

Неблагоприятные дни в сентябре: 16, 20, 25, 29. **В октябре:** 4, 9, 14.

ДЕВА Вторая половина сентября — не самый благоприятный период для вступления в брак, а также для заключения новых деловых соглашений. Будьте сдержанны в тратах: многие вложения могут оказаться неоправданными. С 1 по 15 октября финансовое положение улучшится, наладятся отношения с деловыми партнерами, а в романтических отношениях наступит благоприятная полоса.

Неблагоприятные дни в сентябре: 17, 21, 26, 30. **В октябре:** 5, 10, 15.

ВЕСЫ Во второй половине сентября, как на работе, так и в личной жизни, возможен всплеск неприятностей. Головной болью могут стать отношения с родственниками. От вас потребуются как моральная, так и финансовая поддержка. В октябре Юпитер, планета удачи, находится в вашем знаке, а это значит, что у вас появятся серьезные шансы улучшить ситуацию во многих сферах своей жизни.

Неблагоприятные дни в сентябре: 16, 20, 25, 29. **В октябре:** 3, 9, 14.

СКОРПИОН В период с 15 по 20 сентября ссоры с близкими и конфликты на работе могут повлиять на личные планы. В первой декаде октября не стоит заключать какие-то важные сделки, переходить на другую работу или решать финансовые вопросы. Только после 10 числа вам удастся навести порядок в делах, провести удачные переговоры, операции с недвижимостью и совершить крупные приобретения.

Неблагоприятные дни в сентябре: 21, 26, 30. **В октябре:** 5, 10, 15.

СТРЕЛЕЦ Вторая половина сентября будет перегружена житейскими проблемами, напряжением в непростых личных делах. В период с 26 по 30 сентября возможны выгодные сделки и последующие за ними удачные приобретения. Первая неделя октября принесет расширение контактов. С 9 по 15 октября необоснованный риск может стать причиной финансовых потерь, семейных конфликтов.

Неблагоприятные дни в сентябре: 19, 23, 28. **В октябре:** 4, 8, 13.

КОЗЕРОГ Во второй половине сентября ваше настроение могут серьезно испортить финансовые трудности и служебные неурядицы. Но с места лучше не трогаться — любая новая деятельность не принесет ожидаемого результата. В первой половине октября наступает благоприятный период, способствующий успешному осуществлению многих планов. А после 12-го вас может ожидать неожиданная прибыль.

Неблагоприятные дни в сентябре: 18, 21, 27. **В октябре:** 1, 7, 12.

ВОДОЛЕЙ После 15 сентября вас могут огорчить напряжение на работе, ссоры и конфликты с окружающими. В октябре наступает благоприятный период для роста карьеры и укрепления авторитета. В период с 3-го по 6-е число повышенного внимания потребуют проблемы с детьми. С 7-го по 15-е высока вероятность неприятных происшествий на дорогах. Будьте осторожны при поездках в автомобиле.

Неблагоприятные дни в сентябре: 20, 24, 28. **В октябре:** 4, 8, 14.

РЫБЫ Вторая половина сентября может запомниться романтическими приключениями и теплыми дружескими отношениями. После 24 числа возможен спад настроения и ухудшение здоровья. Начало октября принесет домашние заботы. На работе возможны конфликты и даже тайные интриги. Во второй декаде месяца ожидаются улучшение финансовой ситуации, удачные приобретения для дома.

Неблагоприятные дни в сентябре: 17, 22, 27. **В октябре:** 1, 7, 11, 15.

1+1=3

Книги по **129 рублей!**

Третья книга на выбор в

ПОДАРОК*

+

ШАНС ВЫИГРАТЬ

100 000 рублей



КТО ЧИТАЕТ - ТОТ ВЫИГРЫВАЕТ!



Природные целители от 1000 болезней. Изоляемся от боли в ногах, коленях, руках навсегда. Животные. Антистресс-альбом.



Щербатова Г. Вам и не снилось. Вилар С. Ведьма. Бакшеев С. Опасная улика.

КЛУБ ДОСУГА **3 ПРОСТЫХ ШАГА**

1 ШАГ ВЫБЕРИТЕ 2 книги по 129 руб. каждая и книгу в подарок*

2 ШАГ СДЕЛАЙТЕ ЗАКАЗ удобным для вас способом

3 ШАГ Звоните (понедельник-суббота с 8:30 до 21:00) **8-800-250-93-70** (звонки по России бесплатны)

Пишите: order@knibook.ru
Сделайте заказ на сайте Клуба: www.129.knibook.ru
Отправляйте заполненное заявление в конверте: «Клуб семейного досуга», а/я 4, г. Белгород, 308961
ПОЛУЧИТЕ на почте или по почте заказанный товар и клубный журнал
Прогресс 100 руб. проводится среди клиентов, подписавших и оплативших заказ с 01.07.2016 г. по 10.10.2016 г.
* При покупке любого количества книг в клубе за 1 руб.

ЗАЯВЛЕНИЕ ВЫСЛАЙТЕ ПО АДРЕСУ: а/я 4, г. БЕЛГОРОД, 308961

Внимание! Внесите свои данные печатными буквами и подпишите заявление. Подпись лица до 18 лет должны подтвердить родители.

- Я вступаю в «Клуб семейного досуга» и согласен/согласна ежеквартально покупать не менее одного товара в Клубе в течение 1 года.
- Прошу выслать мне 2 книги из этого объявления по 129 руб. и книгу в подарок*, карту члена Клуба (стоимость карты члена Клуба составляет 1 руб.) и клубный журнал. Я оплачиваю расходы за пересылку моего заказа в соответствии с тарифами ФГУП «Почта России», а также льготный сбор за обработку заказа в размере 49 руб. Я согласен/согласна с такой формой оплаты, как наложенный платеж за почтовые отправления, которые пришли из Клуба на мой почтовый адрес.
- Подтверждаю, что я и члены моей семьи, проживающие со мной по одному адресу, не являемся членами Книжного Клуба.
- Информация о заказчике:
Фамилия _____ Имя _____
Отчество _____ Дата рождения _____
Почтовый индекс _____ Область _____
Район _____ Город, село _____
Улица _____ № дома _____ № квартиры _____
моб. тел. _____ (всего 10 цифр) _____ дом. тел. _____ (всего 10 цифр) _____
E-mail _____

Вы можете воспользоваться предложением о вступлении в Клуб только один раз.

☐ Подписав заявление, я даю согласие ООО «Книжный клуб «Клуб семейного досуга» на обработку своих данных, указанных выше, в маркетинговых целях, связанных с дистанционной торговлей (хранение, использование, передача). Свое согласие я могу отозвать заказным письмом с уведомлением по адресу: а/я 4, г. Белгород, 308961.

Дата заполнения _____ Подпись _____

МОЙ ЗАКАЗ
(укажите коды книги)

1					129 руб.
2					129 руб.
3					1 руб.

выберите книгу в ПОДАРОК*

Код рекламы: 316-1505-PM-R

СЛУЖЕБНЫЙ РОМАН БЕЗ ХЕППИ-ЭНДА. ЧТО ДАЛЬШЕ?

Мы все больше времени проводим на работе, поэтому неудивительно, что между сотрудниками время от времени возникают романтические отношения. По статистике, больше половины работников отрицательно относятся к служебным романам, а треть сослуживцев прошла через них. Правда, согласно той же статистике, только 13% служебных романов заканчиваются свадьбой. Почему же в таком случае между коллегами завязываются отношения? От скуки? Не особенно-то поскучишь на рабочем месте. От желания продвинуться по карьерной лестнице? Это если заводить роман с начальником, а такие желания далеко не всегда воплощаются в жизнь, чаще отношения просто перерастают в кратковременную любовную связь. К тому же, романы, которые чаще завязываются между коллегами, как правило, никакой служебной выгоды не имеют. Так почему же они все-таки случаются?

МЕСТО ВСТРЕЧИ ИЗМЕНИТЬ НЕЛЬЗЯ

Психологи и социологи уверенно говорят о том, что служебный роман — это реальный тренд нашего времени, особенно среди так называемого офисного планктона. Ведь для людей, проводящих большую часть своей жизни в офисе, собственно офис и является главным местом, где можно встретить достойного спутника жизни, равного по статусу и уровню доходов.

Особенно это актуально для тех, чей возраст приближается или уже перевалил за 30 лет. Источники новых знакомств, доступные людям помоложе, например, студенческие вечеринки, ночные клубы, клубы по интересам — вряд ли способны принести желанное знакомство тем, у кого большую часть времени отнимает работа. А в баре или ресторане вряд ли можно встретить любовь всей жизни, скорее, партнера для очень краткого и ни к чему не обязывающего романа.

В офисе же вы видите своего избранника каждый день, наблюдаете за его поведением в обычной жизни, знаете, аккуретен он или неряшлив, как он реагирует на критику, каков в гневе или веселье. То есть, вы имеете четкое представление о том, с кем проводите не менее восьми часов ежедневно. А чтобы получить столько же информации о незнакомом человеке, требуется уйма времени, причем вне работы — его трудно найти просто физически.

Вот вам и преимущество для завязывания служебных романов. Хотя хеппи энд и не гарантирован. Рано или поздно роман закончится, причем, не свадьбой, а расставанием.

быть не должно. Можно забыть о нем, продолжать работать и искать свою судьбу.

Гораздо хуже, когда разрыв произошел не по вашей инициативе, а потому, что на горизонте вашего друга появилась другая женщина, может быть, даже в вашем же коллективе, то есть, вас фактически бросили. В такой ситуации выйти из депрессивного состояния, успокоиться и перестать думать о ничтожестве, не оценившем вас, трудно.

Возможно, лучший выход в такой ситуации — уйти на другую работу. Но для многих женщин это все равно что сдаться. Они остаются, начинают придумывать план мести бывшему, делать ему гадости, интриговать, вербовать себе союзников среди коллег. Противостояние постепенно охватывает весь коллектив, и вместо работы идет борьба или распространение сплетен. Обычно дело заканчивается тем, что начальник быстро выясняет, кто именно начал эту вакханалию, и увольняет этого работника.

Если с вами случилось такое и вы понимаете, что никак не можете утихомирить свою злость и желание отомстить, лучше уйдите по-хорошему, не дожидаясь увольнения. Поверьте, за дверями вашего офиса жизнь продолжается. И некоторым женщинам удалось выйти из подобной ситуации с высоко поднятой головой.

ДУМАЙТЕ О ГЛАВНОМ

«Когда мы с коллегой расстались после двух лет близких отношений, единственным желанием было либо бросить все и уйти, либо до-

биться, чтобы ушел он. Я взяла неделю отпуска, чтобы немного остыть и подумать. Когда первые негативные мысли схлынули, я поняла, что уходить с этой работы не хочу. Я ждала этого места несколько лет, работа мне нравится, она перспективная. За это я и ухватилась. Перспективы! Тем более, что претендовать я могла на тот же пост, что и мой бывший. Вот это будет настоящая месь! После решения непременно достичь повышения все встало на свои места. Я вернулась из отпуска с новыми идеями, включилась в работу, съездила на курсы, не жалела сил, оставалась работать сверхурочно... В общем, думать о бывшем мне было некогда, и я стала смотреть на него совершенно спокойно. У меня была ЦЕЛЬ. И через полгода мои усилия окупались. Я получила пост регионального руководителя. А ОН? Он был занят новыми отношениями и составить мне конкуренцию не смог». Ангелина, 34.

ИЗМЕНИТЕ СВОЮ ЖИЗНЬ

«Я так долго и так глубоко была погружена в служебный роман, что после расставания видеть своего бывшего мне было очень тяжело, хотя мы разошлись без скандалов, видимо, просто надоели друг другу. Все-таки не каждый выдержит круглосуточные отношения в течение нескольких лет. Особенно сложно было из-за того, что как мы ни шифровались, со временем о нашем романе в коллективе узнали. После расставания началась такая волна нездорового интереса к его причине, что даже просто находиться на рабочем месте было нелегко. Бесконечные косые взгляды и перешептывания за спиной сводили с ума. Я промучилась еще несколько месяцев, а потом плюнула и ушла. А когда уволилась и пришла на другую работу, поняла, что мои мучения были напрасны. В новом коллективе, заботах и хлопотах все забылось довольно быстро. Недавно на улице встретила своего бывшего, он, оказывается, ушел с работы вслед за мной, потому что после

ЧТО ДАЛЬШЕ?

Если служебный роман заканчивается ничем, то есть, отношения постепенно сходят на нет, это бывает обидно немного: ну не получилось, значит, не получилось. Возможно, повезет с кем-то другим. Особых переживаний с вашей стороны



моего ухода коллеги переключились на него. Как же — сериал закончился! Мы немного поболтали, и я думаю, что сможем остаться приятелями. Во всяком случае, я больше не вижу в нем врага». **Светлана, 29.**

НЕ ОФИСОМ ЕДИНЫМ

«Раньше я бежала на работу в ожидании, что вновь увижу ЕГО. Не могла дождаться перерыва, потом окончания рабочего дня. В общем, вся жизнь была посвящена не работе, а роману с коллегой. Но наступил момент, когда он закончился, потому что в соседний отдел пришла новая смазливая сотрудница. Я очень расстроилась. Сначала. Потом подумала, что перестану себя уважать, если из-за бабника, для которого важна исключительно яркая внешность, вылету с работы. Никто не знает, чего мне стоило ходить с гордо поднятой головой и не обращать внимания на шпильки новой пассии моего бывшего. Но постепенно я успокоилась, с головой окунулась в работу, заслужила похвалу и премию. Так что профессиональные перспективы у меня есть. К тому же, у меня освоились вечера и выходные. Я стала проводить их с друзьями, ходить в походы, на фитнес, на вечеринки. На одной из них познакомилась с прекрасным парнем, который сделал мне предложение. А мой бывший женился на той крале, а через пару месяцев она стала любовницей начальника. Ей, оказывается, муж нужен был как прикрытие для ревнивой жены шефа. Теперь моему бывшему не позавидуешь. Недавно он уволился и, кажется, подал на развод». **Юлия, 31.**

СОВЕТЫ ТЕМ, У КОГО НАЧИНАЕТСЯ СЛУЖЕБНЫЙ РОМАН

Как следует и как не следует поступать, если вы решили строить отношения с сослуживцем

СЛЕДУЕТ

■ С самого начала постарайтесь построить свои отношения с коллегой так, чтобы они

начинались и заканчивались за пределами офиса. На работе старайтесь вести себя нейтрально. Заранее договоритесь, что между вами допустимо на рабочем месте, а что нет. Чем меньше коллеги будут посвящены в ход вашего романа, тем лучше. Это поможет вам пережить расставание, если вы останетесь работать в этом коллективе.

■ Помните — на работе надо работать! Знаете, почему большинство начальников хватается за голову, узнав, что среди их подчиненных развивается служебный роман? Они боятся, что это неминуемо скажется на производительности труда всего коллектива. А что уж говорить о разрыве отношений! Переживать его всегда нелегко, но он не должен влиять ни на производственный процесс, ни на взаимоотношения сотрудников. Старайтесь четко выполнять свои обязанности и следите за тем, чтобы ваши действия не вызвали нареканий со стороны руководства.

■ Контролируйте эмоции. Вы будете гордиться собой, если сможете усмирить бу-

шующую стихию в своей душе. С грохотом хлопнуть дверью, со злостью швырять телефонную трубку, бормотать себе под нос ругательства и угрозы, рыдать в голос — все это — дома, ни в коем случае не на работе.

■ Прежде чем начинать новый служебный роман, хорошенько подумайте. Не каждый из них заканчивается неудачей, но большинство имеет достаточно серьезные последствия.

Теперь, когда вы уже пережили один разрыв, попытайтесь найти кандидата на ваше сердце где-нибудь подальше от службы. Это поможет вам избежать многих осложнений.

НЕ СЛЕДУЕТ

■ Не превращайте столовую и курилку в место для обсуждения личной жизни, не используйте электронную почту для выяснения отношений. Любое публичное проявление чувств послужит лишь поводом для сплетен, что неблагоприятно скажется на работе всего коллектива.

■ В общении с бывшим не опускайтесь до грубости. Не злословьте и не распускайте о нем сплетни. Обида часто заставляет бывших влюбленных говорить гадости друг о друге друзьям и знакомым. Но правила меняются, когда друзья и коллеги у вас общие. Во что бы то ни стало сохраняйте деловые отношения и не говорите коллегам о бывшем возлюбленном ничего негативного. Руководству вашей фирмы меньше всего нужны нездоровые отношения в коллективе, когда праздные рассуждения, пересуды и переливание из пустого в порожнее («а он мне...», «а я ему...») мешают работе всей компании. Поэтому сдержитесь и оставьте критику своего бывшего возлюбленного для друзей и знакомых, не связанных с вашей работой.

■ Не пытайтесь доказать бывшему, что расставание ничего не значит для вас, беззастенчиво флиртуйте с другими сотрудниками мужского пола. Подобная тактика неприемлема среди взрослых ответственных людей, тем более на рабочем месте. Вы же не обиженный подросток и вряд ли хотите, чтобы вас перестали считать серьезным человеком, а воспринимали как легкомысленную пустышку.

ЕЩЕ ОДНО МНЕНИЕ

«Только что прошла через служебный роман, который длился довольно долго. Результат ожидаемый и предсказуемый: разрыв отношений — и человеческих, и служебных. Прихожу в себя четвертый месяц. Теперь я точно знаю: на работе возможен только легкий флирт! Он приятно разнообразит жизнь и абсолютно ни к чему не обязывает». **Ксения, 32.**

Подготовила Мария ДРОНОВА



МОРСКОЙ ПЕЙЗАЖ В ИНТЕРЬЕРЕ

Возвращаясь из отпуска у моря, мы обязательно возем на память разнообразные ракушки, красивые морские камешки. А потом эти дары моря в худшем случае пылятся в кладовке, а в лучшем — лежат на полочке. Мы предлагаем пересмотреть отношение к отпускным сувенирам и добавить в интерьер морскую нотку.

● Очень красиво просвечиваются стенки ракушек, когда внутри горит свеча. Самый простой способ сделать свечу в морском стиле — расплавить содержимое чайных свечей и залить его в раковину, вставив фитиль от свечи. Только

перед заливкой дайте стеарину немного остыть, чтобы раковина не лопнула.

Хотите — расставьте такие свечи в комнатах, а хотите — соберите разные ракушки-свечи на большом подносе с морским песком.

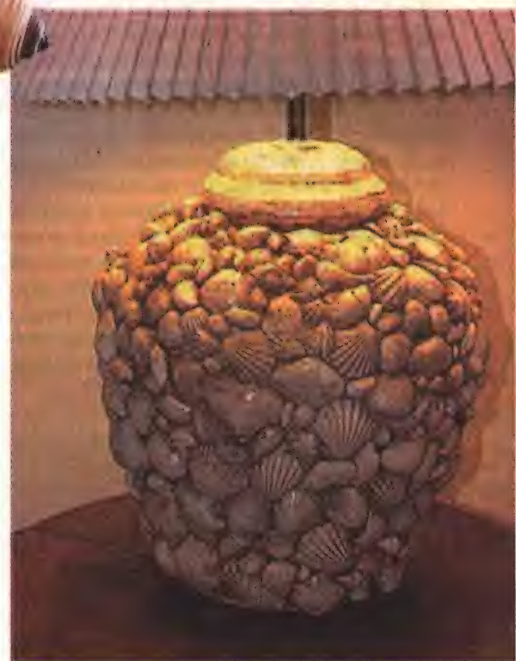
● Если вы привезли мелкие ракушки, которые годятся только как декоративное украшение, оклейте ими основание настольной лампы. И не забудьте покрыть ракушки лаком, тогда в свете лампы они будут смотреться особенно интересно.

● У вас будет необыкновенной красоты настенное зеркало, если вы вставите его в рамку из веточек коралла и крупных раковин разной формы и расцветки.

● Разнообразные полочки, украшенные ракушками, веточками кораллов могут стать отличительной чертой вашего интерьера. Особенно хорошо они сочетаются с бутылками и вазами из голубого и синего стекла.

● При желании вы можете украсить в морском стиле уголок комнаты, если повесите над тумбой с крупными раковинами и фотографиями из отпуска картины на морскую тему, весло от лодки, раковины и морские звезды.

● Очень оживляет интерьер и придает ему неповторимость сухой аквариум — некая емкость под стеклом, в которой выложены на песок или гальку краси-



вые крупные раковины, обточенные морем коряги, морские звезды.

Такой аквариум можно устроить в полу, но имейте в виду, что ему нужна подсветка.

Можно выставить морские трофеи в большом рундуке из оргстекла, который может одновременно служить журнальным столиком, или соорудить аквариум из уже имеющегося столика, накрыв его стеклянной столешницей.

Для сухого аквариума подойдет низкий длинный аквариум, если вместо рыбок вы уложите в него раковины. Не забудьте добавить к ним свечи: они придадут аквариуму особое очарование.

● Если вы давно не были у моря и не можете украсить свой интерьер ракушками, для создания морского антуража достаточно будет повесить на стену паспарту с крупными фотографиями красивых раковин.

Кроме прочего, работа по украшению дома дарами моря напомнит вам о лете, солнце и море.





Подготовила
Валентина ЖИЛИНА



ПОВЕСТЬ О ВЫБОРЕ ПРОФЕССИИ

в пяти частях, с прологом, эпилогом, противопоказаниями и добрыми советами

ПРОЛОГ

Многие с детства помнят строчку из стихотворения «Мамы разные нужны, мамы разные нужны...». Действительно, профессий, в том числе женских, на свете очень много, и вряд ли про какую-нибудь можно сказать, что она не важна. Однако на востребованность той или иной профессии время накладывает свой отпечаток, а некоторые так и вовсе исчезают из привычного обихода. Ушли в прошлое писцы и кучера, бурлаки и сатураторщики, тапёры и маркитантки. С другой стороны, чуть ли не ежедневно появляются новые профессии, о которых еще вчера мы даже и не подозревали. Какую же выбрать юноше или девушке, вступающим в жизнь?..

О ЧЕМ ОНИ МЕЧТАЮТ

«Кем ты хочешь стать, когда вырастешь?» — спросили 3500 детей обоего пола в возрасте Тимура и его команды, то есть от 10 до 14, и из их ответов вывели «горячую» пятерку самых популярных «профессиональных сфер» сегодня: 1) эстрада; 2) телевидение; 3) мода (модный дизайнер, модель); 4) банковская сфера; 5) крупная компания. Вторую «пятерку» составили профессии военного, журналиста, учителя, врача и спортсмена. Третью — программиста, фитнес-тренера, парикмахера-стилиста, летчика-космонавта и дрессировщика. И четвертую — гонщика, стюардессы, спасателя МЧС, конструктора роботов и шеф-повара.

Как видим, к производственным профессиям душа у детей явно не лежит, их мечты — о другом.

ВЫПУСКНОЙ ПРОШЕЛ. ЧТО ДАЛЬШЕ?..

...3 автра школьный выпускной бал, а что — послезавтра? Пора детских мечтаний закончилась, пришла пора на сакраментальный вопрос «Кем быть?» дать уже вполне взрослый ответ.

Какую профессию выбрать? Как не ошибиться с выбором? Попробовать воплотить свою красивую мечту или послушать тех, кто рекомендует «надежную» профессию, имея которую, не останешься без куска хлеба с маслом?

Интересно отметить, что у многих современных выпускников в приоритете не «кусочек хлеба с маслом», а профессии с интригующим эпитетом «модные». Уже не так важны размер оплаты и отсутствие карьерного роста — важно, что эти профессии очень популярны и вызывают интерес, или зависть, у остальных.

Самыми «модными» в России профессиями за последние годы признаны агент «звезды», мастер тату, сотрудник фэйс-контроля в ночном клубе, фотограф, диетолог. Юношам и девушкам, выбирающим такие профессии, очень нравится отвечать на вопрос «Кем ты работаешь?», им льстит слышать каждый раз комментарий: «Круто!».

В принципе, неплохие профессии, во многих из них можно прекрасно самореализоваться... Но это сегодня. А что будет «модным» завтра?

Социологи говорят, что «горячая» десятка самых популярных профессий кардинально меняется буквально за десятилетие.

ЧТО БЫЛО?

Десятилетие с середины 90-х до середины 2000-х прошло, без сомнения, под знаком такой профессии, как программист. Потом их стало уже «многовато», сегодня ценятся только профессионалы высшего класса. А как им стать?..

Бум многочисленных гастролей «звезд» с крупными гонорами остался в том десятилетии — соответственно, в том десятилетии завершились и карьеры многих концертных директоров из многих российских городов.

Окончить курсы крупье и устроиться в казино сейчас неимоверно сложно: курсов практически нет, потому что на них никто не идет; кадров, успевших окончить курсы и поработать в широкой сети казино, пруд пруди; и самое главное — где те казино?!

А невероятно популярными в недавнем прошлом ребята — инструкторы по дайвингу, сейчас

уже мало кому интересны: все, кто хотел научиться подводному плаванию, научились, и теперь сами могут научить кого хочешь.

Ушли в недавнее прошлое и такие завидные профессии, как веб-дизайнер, брокер и дистрибьютор — овладеть ими нынче не составляет большого труда. Вряд ли кого-нибудь сегодня удивит оформленным по всем «цветочным» законам букетом — поэтому вполне естественно заработки флористов серьезно упали, упала и популярность этой профессии.

А почти божества — пластические хирурги?! На светских тусовках их фамилии произносили с придыханием! Но постепенно их стало очень много, а похвастать высочайшим профессионализмом могли далеко не все. Соответственно, количество «хирургических ошибок» серьезно возросло, и дамы с «ошибками» толпами ринулись в суды...

А ЧТО — СЕГОДНЯ?

Какие из профессий на сегодняшний день «всех милее, всех румяней и белее»?

Очень интересный список получается, если ориентироваться только на два критерия — престиж и новизну. Здесь аварийный комиссар, он же эксперт страховой компании, и пил-стилист (превращает ногти в произведение искусства), системный администратор и телепродюсер, дизайнер (интерьеров, витрин, ландшафтов) и православный священник, бариста (кофейный бармен) и логистик (разработчик и координатор всего и вся), бренд-менеджер (продвигает товары и услуги) и хэд-хантер (специалист по подбору персонала), финансовый аналитик и диетолог, креативный директор и байер (специалист по закупкам товаров), агент «звезды» и грумер (парикмахер домашних животных), сомелье (человек, оч-чень хорошо разбирающийся в винах) и «мастер на все руки» (специалист по мелко-бытовому ремонту), спичрайтер (пишет речи для других) и имиджмейкер (придумывает имиджи для других), арт-консультант (специалист по неподдельным творениям искусства) и аудитор, биотехнолог и психоаналитик, эколог



и специалист по информационным технологиям (создает и реализует модели эффективного управления). (Заметьте, лишь немногие звучат по-русски!)

А теперь поинтересуемся у социологов, свет каких профессий видят они в конце туннеля, то бишь следующего десятилетия.

РИСК И КОНКУРЕНЦИЯ

Самыми востребованными, а значит, высокооплачиваемыми и «карьерными», будут уже другие профессии.

Прежде всего, в связи с волной терроризма и частыми вооруженными конфликтами в мире возрастет спрос на услуги профессиональных военных, готовых решать нестандартные задачи. Похожие задачи, но мирными средствами, придется решать специалистам по абсорбции (решению конфликтов на религиозной и этнической почве).

Население не только увеличивается, но и живет все дольше, и ему нужно все больше товаров и продуктов. Исходя из этого, останется в «топе» профессия биотехнолога, или генного инженера — поскольку продуктов на всех не хватает уже сейчас! Также очень востребованной в ближайшем будущем станет профессия геронтолога (врача, специализирующегося на лечении пожилых), а заодно и профессиональных сиделок.

Несмотря на мощное противодействие нефтяных и газовых корпораций, спрос на альтернативные источники энергии растет. И значит, уже вскоре увеличится спрос на специалистов по этим самым альтернативным источникам. Хотя благодаря тем же корпорациям, стремящимся выжать из хвостящей планеты последние капли нефти, очень даже выгодные перспективы получит карьера специалистов по труднодобываемым нефтяным запасам.

Современный человек захлебнется «девятым валом» информации. Но теперь наконец придумали профессию журналиста-агрегатора! Несмотря на не совсем благозвучное наименование, профессия очень полезная: этот специалист должен будет быстро и со знанием дела обрабатывать большие объемы информации, изымая из них нужное и соединяя частицы в легко воспринимаемый материал.

Как видно, востребованность профессий

завтрашнего дня будет означать не только престижность и высокий уровень оплаты, но и серьезный риск: одна ошибка здесь может стоить карьеры, а порой — и жизни. Готовы ли вы рискнуть?

А если вы собираетесь попробовать свои силы на международном рынке труда, или говоря проще — найти солидную работу за границей, имейте в виду: ваша эрудиция, ваш профессиональный опыт и знание языков должны быть на самом высоком уровне, ведь там вас ждет жесточайшая конкуренция. Вы к ней готовы?

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

По большому счету, профессия должна в первую очередь быть любимой, а уже потом модной, престижной. Выбирать в юности профессию по душе — это отличный способ избежать многих психологических проблем, когда придет время «кризиса среднего возраста»!

Тем более, что «модность» профессии — явление преходящее, и ориентироваться на нее надо с большой осторожностью. Если, вообще, надо! Помнится, еще не так давно в моде были юристы и экономисты, теперь предложение значительно превышает спрос. Получается, профессии хотя и модные, но — «безработные»?

Противопоказаний при выборе профессии не так уж мало, и их надо учитывать. Согласитесь, не стоит мечтать о карьере программиста, если с математикой не в ладах. С большим сердцем заказан путь в космонавты. Страдающим аллергией о профессиях химика или парикмахера не стоит мечтать даже во сне.

Частая ошибка — выбор работы из-за увлечения только внешней стороной профессии: например, у известных актеров — слава, успех, деньги, но как они достаются, нередко остается «за кадром»...

И еще: неразумно выбирать профессию под чьим-либо нажимом: родителей, или друзей-подруг, или рекламных плакатов. Конечно, прислушиваться к иным мнениям не возбраняется, но окончательный выбор — только личное дело каждого, ведь никто не проживет за другого его жизнь!..

ДОБРЫЕ СОВЕТЫ

Выбирая профессию, где необходимо высшее образование, желательно иметь уверенность, что ко времени окончания института она еще будет востребована.

Как минимум, трижды надо подумать, если хочешь остановить свой выбор на профессии, ограниченной временными рамками — танцовщица в стрип-баре, модель и тому подобные. Ведь в этом бизнесе стать «топ» и заработать за 10-15 лет на всю оставшуюся жизнь удастся лишь единицам!..

И — маленькое замечание. Во все времена одни профессии считались престижными, другие — недостойными, например, профессия ассенизатора. А между прочим, тех, кого привлекают высокие заработки, эта профессия могла бы заинтересовать. И для овладения ею не требуется тратить пять лет жизни и приличную сумму на учебу в вузе. Какая сторона вам важнее: «профессия не престижная, НО с высоким заработком» или — наоборот?!

Главное: хорошо подумайте над тем, чего вы хотите от профессии: в какой сфере было бы интересно работать, какой образ жизни планируете вести, насколько важна для вас престижность, высокая заработная плата... Когда поймете, чего вам в жизни хочется, определиться с профессией будет проще.

ЭПИЛОГ

А в заключение мы хотим сказать, что сегодняшний мир очень ценит профессионалов — в любом деле. Имейте сверхпопулярную профессию грумера или уже не очень популярную программиста, «обычную» профессию строителя или пиротехника, вы всегда будете оценены — и признанием, и конвертируемой валютой, — только если вы — настоящий профи!

Подготовил Виктор ДЕМИТРИЕНКО



ГРАФ ИСТОРИИ И КНЯГИНЯ ЛЮБВИ

Два с половиной столетия назад родился Николай Михайлович Карамзин — русский писатель и историк. Родился он под счастливой звездой, обещавшей ему жизнь, наполненную любовью и трудами. Он утверждал, что жизнь мила тогда, когда человек счастлив с близкими и «умеет работать без скуки». Он действительно, был очень деятельным человеком, его творческое наследие очень богато. А судьба подарила ему любовь, много лет озарявшую его земной путь...

ОТ СИМБИРСКА ДО ПАРИЖА

За первые двадцать пять лет своей жизни Карамзин успел столько, сколько другой не успеет и за пятьдесят.

Родился он 12 декабря 1766 года в Симбирске в помещичьей семье среднего достатка. Мать, Екатерина Петровна, умерла, когда мальчику едва исполнилось два года. Отец, отставной гвардии капитан Михаил Егорович Карамзин, дал ребенку прекрасное образование. Он хотел, чтобы сын сделал военную карьеру и даже записал его в «армейские полки», но со службой у Николая не сложилось — он с самого детства чувствовал в себе совсем другое предназначение. Еще в домашней библиотеке в своем родовом имении, знакомясь с лучшими образцами европейской классики, с книгами по древней и новой истории и жизнеописаниями великих людей, он ощутил тягу к творчеству, науке, искусству. А обучение в пансионе профессора Московского университета И.И. Шадена, где Карамзин изучал литературу, историю, философию, поэтику, иностранные языки, и одновременно посещал лекции в Московском университете, еще более укрепило его в этом стремлении.

В 1781 году пятнадцатилетний Карамзин поступил на действительную службу в гвардейский Преображенский полк в Петербурге, но уже через несколько месяцев взял отпуск на год, а в январе 1784-го, в ответ на поданное прошение, получил указ об увольнении в отставку в чине поручика. Не получив военного опыта и нисколько о том не сожалея, юный Карамзин стремится к литературным опытам — в конце 1782 года в Петербурге был издан его перевод произведения немецкого писателя С. Геснера «Деревянная нога».

После отставки Карамзин ведет активную светскую жизнь, приобретает много друзей и знакомых среди литераторов и художников и сам начинает творческую деятельность.

Обосновавшись в Москве, Карамзин

участвует в периодическом издании «Размышления о делах Божиих...», выдающийся просветитель и издатель Н.И. Новиков приглашает его соредактором первого русского детского журнала «Детское чтение для сердца и разума». Занимается Карамзин и литературной работой: публикует свою первую повесть «Евгений и Юлия», стихи, благодаря владению многими иностранными языками — прекрасные переводы французских, немецких и английских поэтов и драматургов, в том числе Шекспира.

В 1789 году он предпринял большое, двухлетнее путешествие по Европе, которое стало достаточно интересным и богатым на события: ему посчастливилось встретиться и беседовать с Иммануилом Кантом и Иоганном Гете, а на улицах Парижа воочию увидеть героину и ужас Великой Французской революции...

Вернувшийся на родину Карамзин был полон планов и новых идей и безотлагательно взялся за их осуществление.

НОВЫЙ РУССКИЙ ЯЗЫК И БУКВА «Ё»

В это время Карамзин пишет произведения в самых разных жанрах, и по отношению ко многому из сотворенного им можно применить эпитет «впервые».

Он издает книгу о своей поездке в Европу — «Письма русского путешественника», повести «Фрол Силин, благодетельный человек», «Наталья, боярская дочь», «Лиодор», «Бедная Лиза», стихи и переводы. После выхода в свет «Бедной Лизы» еще совсем молодой писатель Карамзин становится фактически главой молодой русской литературы, закладывает основы нового направления: на страницах его произведений величавый и громоздкий классицизм с его хвалебными одами уступает место сентиментализму. Герои Карамзина начинают плакать — плакать от собственных горестей, от личных переживаний, и заставляют плакать читателей, заставляя проникаться своими чувствами, ощу-

тить их глубину и силу.

Писатель впервые обращается к духовному миру персонажей, направляет «взгляд» литературы на отдельного человека, на его мысли и чувства. И главное: благодаря Карамзину русские люди впервые начинают читать художественную литературу на русском, а не на французском языке! Карамзин же становится и реформатором языка. Заметив невозможность нахождения в русском языке эквивалентов ряду иностранных слов, он вместо прямых заимствований вводит в употребление слова-кальки — благодаря ему, в нашем лексиконе и поныне существуют «влюбленность», «ответственность», «достопримечательность», «вольномудрство», «впечатление», «вливание», «трогательный», «занимательный», «человечность». Именно Карамзин ввел в литературный обиход такие слова, как «промышленность», «моральный», «катастрофа», «эпоха», «эстетический», «гармония». Ему же принадлежит и такое нововведение в язык, как буква «ё».

«ПАРАД» ЖУРНАЛОВ

Одно из современных солидных изданий так оценило «журнальное» направление деятельности Николая Михайловича: «В журналистике Карамзин ввел образцы всех видов общественно-политических изданий, ставших в дальнейшем традиционными».

Его издательская практика продолжалась двенадцать лет. «Московский журнал» Карамзина стал первым в России периодическим изданием, на страницах которого постоянно велись отделы театральной и литературной критики. Альманахи «Агдая», «Аониды», «Пантеон иностранной словесности» определили тип русского альманаха на многие годы вперед. А таким журналом, как «Вестник Европы», Карамзин фактически создал тип русского «толстого» журнала.

Н.М. Карамзин выступал как публицист, международный обозреватель и политический комментатор. Его общественная позиция заключалась в благо-родной независимости мнений, вере в

прогресс, осуществляемый с помощью просвещения людей средствами изящной словесности и искусства.

РАДОСТИ И ПЕЧАЛИ, ПЕЧАЛИ И РАДОСТИ

Жизнь Карамзина, естественно, не состояла лишь из «трудов праведных». Он, как тогда говорили, «вращался в свете», бывал на различных приемах, посещал салоны, много общался с друзьями. Лето, чтобы отдохнуть и развеяться от столичной суеты, он чаще всего проводил в усадьбе князя Вяземского, с которым давно дружил.

Там он познакомился с Екатериной, дочерью князя — хрупкой девушкой с тонкими красивыми чертами. И хотя она была на четырнадцать лет младше Карамзина, они могли беседовать часами. Отец Екатерины поражаюсь, откуда у них столько тем для разговора.

Екатерина живо интересовалась российской историей, а устав от вникания в тяжеловесные ученые труды, с удовольствием перечитывала книги Карамзина — «Бедную Лизу», «Записки русского путешественника» и другие. К тому времени, когда в усадьбу приезжал Николай, у Екатерины накапливались к нему десятки вопросов, и он, как учитель прилежной ученице, обстоятельно и допустно отвечал на них...

В 1801 году Карамзин устроил, как ему казалось, свою личную жизнь — женился на Елизавете Ивановне Протасовой. Но судьбе было угодно иначе: брак был недолгим — через год, разрешившись от бремени дочерью, которую называли Софьей, Елизавета скончалась от родовой горячки...

«ЛЮБИТЬ И БЫТЬ ЛЮБИМЫМ...»

Убитый горем Карамзин не находил себе места, не зная, где искать утешения и душевного спокойствия. В эти тяжелые дни он однажды принял решение поехать к князю Вяземскому, чтобы в его библиотеке спрятаться от гнетущих мыслей. Именно там он словно возродился к жизни — и источником этого возрождения стала Екатерина.

Они подолгу беседовали, и душевная рана его понемногу затягивалась — Екатерина была умным и чутким человеком, с сердцем, по-настоящему добрым и искренним. Карамзин словно со стороны наблюдал с удивлением, как исцеляется его душа, и он все больше привязывался к девушке, которая давно была тайно в него влюблена; а еще он видел, как его маленькая Софья тянула к ней ручки, как будто видела в девушке свою мать...

Ему было очень сложно сделать такой серьезный шаг, как повторная женитьба. Однако примерно через полтора года он приехал к князю Вяземскому и попросил руки его дочери. Для Екатерины этот

день стал самым счастливым в жизни.

Позднее в письме к одному из друзей Карамзин сделал такое признание: «Погруженный 18 месяцев в глубочайшую печаль, я снова нашел в себе способность к тому, чтобы любить и быть любимым. Я смею еще надеяться на счастье...»

ХОЗЯЙКА САЛОНА И... БОГИНЯ

При помолвке они поклялись никогда не разлучаться и были этому обету верны. Они поженились в 1804-м и прожили вместе двадцать два счастливых года.

А годом ранее, 31 октября указом императора Александра I Н.М. Карамзин был официально назначен историографом и приступил к главному труду своей жизни — монументальной «Истории государства Российского».

Для Карамзина, проводившего много времени рядом с царской семьей и имевшего соответствующее положение в обществе, было естественно устроить в своем доме светский салон, в котором собирались аристократы, офицеры, поэты, музыканты — из тех, кто был неравнодушен к изящным искусствам. Слава о вечерах, которые устраивали супруги Карамзины, быстро разлетелась по столице. Однако многие считали, что секрет такого успеха заключен прежде всего в Екатерине Карамзиной, необыкновенно умной и очень красивой женщине, обликом своим напоминавшей античных богинь. Именно она создавала в салоне неповторимую спокойную и уютную атмосферу.

Удалые офицеры и восторженные поэты постоянно присылали молодой привлекательной женщине любовные записки, но все они оставались без ответа, Екатерина безусловно хранила верность мужу. Даже с будущим «солнцем русской поэзии» произошел любовный казус: Пушкин был частым гостем у Карамзиных, и, конечно, не мог не влюбиться в красавицу со всею пылкостью своих 18 лет. Юный повеса написал Екатерине Андреевне любовное послание, а она показала его мужу. Что произошло дальше, нам неизвестно, но пылу у Александра Сергеевича поубавилось...

ГЛАВНЫЙ ТРУД

Карамзин практически оставил литературу, журналистику и углубился в написание «Истории».

Первый том был закончен в 1805 году, а к 1811 году вышли пять томов этого уникального произведения. Отечественная война 1812 года лишь немного приостановила работу. В 1818 году вышедшие трехтысячным тиражом восемь томов «Истории...» разошлись в течение месяца!

Книга Карамзина стала не только эпохальным трудом, но и эпохальным событием. Кто до Карамзина увлекался российской историей? А теперь благо-

даря литературному языку и изящному стилю «Истории...» ею зачитывались чуть ли не в каждом доме, многие даже могли цитировать наизусть целые отрывки!

Исторический труд Н.М. Карамзина имел огромный успех не только в России, но и за рубежом, уже в первые годы после выхода его «История...» была издана в переводе на немецкий, французский, итальянский и греческий языки.

Карамзин работал над книгой до последнего дня жизни. И всегда рядом была его княгиня. Екатерина Андреевна не только приняла на себя устройство светских вечеров, но и стала мужу помощницей во всем. Она проверяла корректуры, просматривала контрольные экземпляры книг, которые привозили из типографии. Как она успевала все это и многое другое, если вспомнить, что в семье Карамзиных было 5 дочерей и 5 сыновей?! А муж был очень благодарен Екатерине за помощь и за то, что она окружала его своей нежной заботой. Все двадцать с лишним лет семейной жизни Карамзины испытывали чувство необыкновенного спокойствия и счастья, а их любовь давала им силы и уверенность друг в друге...

Позже, после смерти Николая Михайловича, Екатерина Андреевна помогала друзьям Карамзина закончить последний, не дописанный им двенадцатый том «Истории».

ЭПИЛОГ

Во время декабристского восстания Карамзин целый день провел на Сенатской площади, простудился и от болезни уже не оправился: 3 июня 1826 года он скончался. Похоронен писатель и историк на Тихвинском кладбище Александро-Невской лавры.

Про человека, который положил начало современной русской литературе и открыл государству российскому его собственную историю, один из писателей сказал: «Как и все люди, Николай Михайлович Карамзин искал нечто бессмертное. И, возможно, сам не зная того, нашел. И изложил в двенадцати томах...» Но это было лишь частью его жизни. Другой частью стало то, что он нашел нечто такое же бессмертное — любовь.

Он не был высокородным по происхождению, но за великий труд Карамзина современники величали его «графом истории». Ему повезло в жизни: он встретил свою «княгиню». Речь не о происхождении — Екатерина Андреевна стала «княгиней его любви»...

Подготовил Саша МИРТ по материалам:

С. Шмидт. Венок Карамзину; В. Муравьев. Николай Карамзин; Е. Осетров. Три жизни Карамзина; Н. Рогожников. Больше, чем любовь. Николай Карамзин и Екатерина Колыванова; и Интернет-сайтов



ВОПРОСЫ ЮРИСТУ

О правильном оформлении отношений, связанных с переходом права собственности на недвижимость

Я проживаю в квартире моей тети вместе с ней вот уже 30 лет. Она хочет оформить ее на меня, но после инсульта не владеет правой рукой и писать не может. Подскажите, как правильно оформить документы, чтобы после ее смерти другие ее наследники не могли оспорить завещание.

Существует несколько способов решения поставленной Вами задачи.

Тетя может завещать Вам свою квартиру. Завещание подлежит нотариальному удостоверению. Соответственно, Вам необходимо либо помочь тете добраться до нотариуса, либо договориться о выезде нотариуса на дом. Если тетя не может писать, то в этом случае в соответствии со ст. 44 «Основ законодательства о нотариате» вместо тети подписать завещание может любой другой человек, чья личность будет установлена нотариусом, так называемый рукоприкладчик. Нотариус сначала убедится в том, что Ваша тетя действительно же-

лает завещать Вам свой дом, а потом попросит рукоприкладчика подписать завещание за Вашу тетю. В этом случае дом перейдет в Вашу собственность после смерти тети. При этом следует помнить о том, что за определенной категорией лиц может быть признано право на обязательную долю в наследстве: дети, родители, супруг Вашей тети, если таковые есть и если к моменту ее смерти они являются нетрудоспособными (то есть пенсионерами по старости или инвалидами I, II или III группы).

С учетом того, что Вы, очевидно, помогаете Вашей тете по хозяйству и ухаживаете за ней, между вами может быть заключен договор пожизненного содержания с иждивением (ренты). Данный договор предполагает, что после его заключения право собственности на дом перейдет к Вам еще ПРИ ЖИЗНИ тети, а Вы взамен будете обязаны ухаживать за ней до ее смерти. Договор ренты также подлежит нотариальному удостоверению, и, соответственно, с учетом того, что тетя сама не может подписать договор, подписывать его за нее должен будет рукоприкладчик.

Также Вы можете заключить с тетей договор дарения дома, по условиям которого она подарит Вам свой дом. Однако в этом случае у Вас возникнет обязанность по уплате налога на доходы физических лиц в размере 13% от кадастровой стоимости дома. Для заключения договора дарения тете необходимо будет выдать доверенность какому-либо знакомому, в которой будет указано, что она доверяет этому человеку подарить Вам дом. При подписании доверенности также потребуются рукоприкладчик.

На наш взгляд, заключение договора ренты является предпочтительным, поскольку Вы станете собственником дома уже сейчас и никто из других тетиных родственников не сможет претендовать на долю в этом доме после ее смерти.

При этом договор ренты будет также защищать права и Вашей тети, поскольку она будет понимать, что отдает дом не безвозмездно, а за право получения ухода.

Я ухаживала 10 лет за больной соседкой с условием, что она после смерти оставит свою квартиру мне. Мы с ней заключили соответствующий договор и заверили его у нотариуса.

Сейчас она всем родственникам и знакомым рассказывает, что я все эти годы плохо за ней ухаживала, и она хочет оставить квартиру своим родственникам.

А как быть с договором и десятью годами, во время которых я ее обслуживала?

Для того чтобы полноценно ответить на Ваш вопрос, хотелось бы понять содержание того договора, который Вы заключили с соседкой. Не совсем понятно, какой договор может предполагать возможность перехода собственности на квартиру после смерти одной из сторон договора, ведь со смертью все обязательства прекращаются. Если Вы не заблуждаетесь и содержание договора передано Вами корректно, то в этом случае после смерти соседки Вы не сможете рассчитывать на получение ее квартиры. Эта квартира поступит в наследственную массу и будет подле-

жать наследованию наследниками (то есть родственниками Вашей соседки).

В предыдущем ответе разъяснялось, что существует возможность заключения договора пожизненного содержания с иждивением, однако данный договор предполагает переход права собственности на жилье от лица, получающего уход (получателя ренты), к лицу, обязанному осуществлять уход (плательщик ренты), сразу после заключения договора, а не после смерти получателя ренты. Если в Вашем случае речь идет все же о заключенном договоре ренты, то до тех пор, пока он не расторгнут, Вы будете являться собственником квартиры. Договор может быть расторгнут добровольно по соглашению сторон. Либо, если соглашения между сторонами достичь невозможно, то получатель ренты (в данном случае — Ваша соседка) вправе обратиться в суд с иском о возврате переданного ею Вам имущества. Она должна будет доказать, что Вы осуществляете уход ненадлежащим образом. К сожалению, такие дела нередки, часто родственники, не осуществляющие уход, провоцируют на предъявление исков к тем, кто осуществляет уход за их родными по договору ренты с тем, чтобы затем получить имущество по наследству.

Поэтому, чтобы сохранить договор ренты в силе, Вам нужно доказать, что Вы осуществляете уход надлежащим образом: фотографировать обстановку в квартире, пищу, которую Вы предлагаете соседке, а также ее внешний вид, чтобы суд мог убедиться в том, что Вы не нарушаете своих обязательств по осуществлению ухода. Если же суд установит, что уход осуществляется ненадлежащим образом и обяжет Вас возвратить квартиру, то Вы не будете вправе претендовать на какую-либо компенсацию за свой труд по уходу за соседкой.

На вопросы отвечали независимый советник по правовым вопросам, член международной ассоциации юристов Н.И. АЛИМКИН и адвокат О.Н. АЛИМКИНА

На вопросы о вере и православии, интересующие наших читателей,
отвечает священник Алексей ЗАВГОРОДНИЙ



Почему церковь не одобряет гороскопы и считает, что увлекаться ими — грех?

Астрология — это часть оккультного учения, через которое человек пытается узнать о себе и о своих близких то, что изначально закрыто для нас Богом. И это является прямым воздействием на свое подсознание с помощью запрещенных методов. Поэтому церковь пытается предостеречь каждого из нас от увлечения всяческими гороскопами.

В наше время даже в больницах, когда человека кладут на операционный стол, ему разрешают иметь при себе нательный крест (причем, если нельзя держать его на груди, то прибинтовывают к ноге вместе с молитвами, которые написаны на лентах-поясах). Какие молитвы лучше всего иметь при себе в тех случаях, когда человек отправляется на операцию?

Когда человек узнает о том, что ему предстоит оперативное вмешательство, то нужно себя определенным образом подготовить к данному событию. Во первых, прийти

в храм поисповедоваться, причаститься, заказать молебное пение традиционному св. великомученику и целителю Пантелеимону и своему небесному покровителю. После молебна взять освященной воды, чтобы в больнице испивать ее каждое утро, прося Бога о выздоровлении. Сообщить священнику, что предстоит операция, и взять на это благословение. А непосредственно на операцию достаточно идти с одним нательным крестиком.

Если верующий человек ни разу не исповедовался, с чего ему надо начинать? Как готовиться к первой в его жизни исповеди? Когда лучше всего начинать исповедоваться? В любой ли день можно исповедоваться или в какие-то дни нельзя?

Начните с самого простого. Придите в церковь, разыщите батюшку и сообщите ему, что вы хотите первый раз в своей жизни поисповедоваться. Начнется исповедь с беседы, через которую вы поймете, что это за таинство, для чего оно установлено Богом и как применить это в своей жизни.

Почему уныние и печаль считаются смертными грехами? Ведь тот, кто живет в унынии и печали, окружающим ничего плохого не делает. А если от уныния и печали страдает его душа, так она все равно страдает, если у человека какое-то большое

горе, и это для каждого нормального человека естественно.

Уныние и печаль — действительно смертные грехи, так как, находясь постоянно в унынии и печали, человек не сможет принять правильное решение, которое будет в дальнейшем стабилизировать его состояние. И иногда он погружается в тоску и печаль все глубже и глубже и самостоятельно выйти из них уже не может. Причем, независимо от того, что поспособствовало такому состоянию человека — горе или какое-то внешнее воздействие. При всем этом страдают и окружающие люди, на которых все это тоже сказывается негативно, и от того, что сказывается негативно, людей огораживает церковь.

Должен ли у каждого христианина быть свой духовник? Как его найти?

Желательно, чтобы у каждого христианина был духовник. Найти духовника просто. Нужно походить по ближайшим храмам и пообщаться с батюшками. Если Вы поймете, что тот или иной священник близок Вам по духу, попросите его, чтобы он взял Вас в число своих духовных чад.

Я слышала, что если находишь чей-то крест, это плохо: вроде бы ты принимаешь на себя и будешь «нести крест» другого человека. По той же причине

считается, что свой нательный крест дарить кому-либо нельзя.

Но есть и такое мнение, что если ты нашел крест, это что-то вроде обретения святыни. Какое из них правильное?

Никакие из приведенных Вами мнения мне неизвестны. Никакая святыня не может повлиять на то, что заложено Богом в каждом из нас. Поэтому, если Вы видите где-то на улице крест, икону или еще какую-то безхозную церковную вещь, отнесите к ним, как к святыне, принесите в храм и обратитесь к церковнослужашим. Они примут решение, что дальше с этим делать.

В прежнее время в нашей стране венчанные супруги были редкостью, да и сейчас у нас много растет детей, рожденных от невенчанных родителей. Если сейчас, когда дети уже подросли, родители обвенчаются, что это даст самим детям?

Детям не даст ровным счетом ничего, а вы исполните основную церковную составляющую и воплотите ее в своей жизни. Так как через таинство венчания в первую очередь воздается благодарность Богу за то, что Господь дает венчающимся возможность прожить жизнь не напрасно. И впоследствии это оказывает благотворное влияние на достойные семейные отношения.

Православный календарь на октябрь
(новый и старый стиль)

- 4 октября / 21 сентября** — Отдание праздника Воздвижения Честного и Животворящего Креста Господня
8 / 25 — Прп. Сергия, игумена Радонежского, всея России чудотворца
9 / 26 — Преставление апостола и евангелиста Иоанна Богослова
14 / 1 октября — Покров Пресвятой Владычицы нашей Богородицы и Приснодевы Марии
19 / 6 — Апостола Фомы
23 / 10 — Прп. Амвросия Оптинского
26 / 13 — Иверской иконы Божией Матери
31 / 18 — Апостола и евангелиста Луки.



СВАДЕБНЫЕ ТОРТЫ

ЗНАМЕНИТОСТЕЙ

Всем известно, что на свадьбе нет мелочей: платье невесты, машина, украшение зала, меню... Молодоженам нужно продумать все до мельчайших подробностей. Но свадебный торт — это апофеоз церемонии, гвоздь программы, который появляется под занавес торжества, и по которому собравшиеся негласно ставят оценку всему празднику. Поэтому в вопросе его выбора знаменитости стараются превзойти самих себя... Хотите узнать, что у них получилось?

Для церемонии своего бракосочетания Кэтрин Зета Джонс и Майкл Дуглас выбрали один из самых дорогих отелей, а свадебный торт стал поистине фаворитом торжества. И это понятно: произведение кондитерского искусства высотой в пять ярусов и украшенное тысячами съедобных белоснежных цветов самых разнообразных форм и видов обошелся молодоженам в десять тысяч долларов. Интересный факт: когда торт был уже почти готов, кондитеры задумались, а сможет ли он пройти в дверь свадебного зала? Произведя необходимые замеры и скрепя сердце, кулинарам пришлось убрать два верхних уровня торта...

ти-шоу, которое смотрели миллионы зрителей. Свадебный торт не подкачал, как и вся обстановка торжества. Огромный четырехуровневый шедевр стоил того, чтобы попробовать кусочек. Только представьте: первый слой был выполнен из чизкейка на основе печенья «Орео», второй — из шоколада трех сортов, третий — клубничный, четвертый — из нежнейшего суфле. Сам торт был украшен красными розами и кристаллами Сваровски, так же как и шикарное платье невесты.

Свадьба поп-дивы Кристины Агилеры и музыкального продюсера Джорджа Братмана проходила в одной из винных долин Испании. Торжество длилось до раннего утра, и гости, среди которых были Джастин Тимберлейк и Кэмерон Диас, успели повеселиться вволю. Праздничный торт был выше всяких похвал: пятиуровневый гигант, выполненный креативным кондитером из белого шоколада и украшенный розами, разошелся на ура!



В итальянском городке Браччиано 18 ноября 2006 года состоялось бракосочетание одного из самых завидных женихов планеты — Тома Круза — с красавицей актрисой Кэти Холмс. На церемонии присутствовало более ста пятидесяти гостей, которым выпала честь насладиться исключительным вкусом и изысканным внешним видом свадебного торта, сооруженного из белого шоколада и декорированного сотнями марципановых роз.

Певица Гвен Стефани заставила сильно понервничать своего жениха Гэвина Росдейла, когда опоздала на собственную свадьбу на целый час! Но это не омрачило церемонию, ведь жених был уверен в своей невесте! Действительно, последующие годы счастливого брака и трое детишек доказали, что выбор молодоженов был идеальным. Символом их любви стал и велико-



Одна из самых необычных свадебных церемоний была у модели Кармен Электры и рокера Дэйва Наварро. Свадьба транслировалась по телевидению в мельчайших подробностях в формате реали-



лепный свадебный торт, представляющий собой четырехуровневый шедевр, украшенный ярко-красными розами — символом страсти.



Двадцать тысяч — это не предел! Лайза Миннелли и Дэвид Гест поразили воображение своих гостей, когда в конце их свадебной церемонии состоялся грандиозный вынос двенадцатиуровневого свадебного торта. Произведение кондитерского искусства стоимостью в сорок тысяч долларов было выдержано в черно-белых тонах, украшено красными и пурпурными розами и перевито тонкими посеребренными нитями.



По сравнению с последними двумя, свадебный торт Пирса Броснана и Кили Смит стоит «всего ничего». Но за две с половиной тысячи долларов кондитеры создали для них десерт не



хуже других. Классический четырехуровневый торт с изысканным украшением — нанесенным узором из марципана — и декором из оранжевых гардений выглядел очень элегантно — под стать звездной паре.



Одним из самых оригинальных свадебных тортов знаменитостей можно считать забавный тортик Эшли Симпсон и Пита Венца. Он был выдержан в стиле сказки «Алиса в стране чудес» и представлял собой вкусную композицию из зеленой шляпы-цилиндра, на которой красовались часы, горшок с цветами и розовая чашка с блюдцем! Вот, уж, удивили так удивили!

Еще одна звездная пара, которая порадовала своим нестандартным подходом к выбору сладкого угощения, — певица Ферджи и актер Джош Дюамель. Торт на праздничном вечере этих молодоженов был выполнен в форме настоящего замка, который состоял из нескольких строений с башенками, и восхищал своим бананово-шоколадным вкусом. Чтобы доставить это творение в банкетный зал, потребовались четыре человека! Гости были просто в восторге!

Подготовила Марина ХРИСТЕНКО



НЕ СТАВШИЕ БАЛЕРИНАМИ, НО СЫГРАВШИЕ МЕРИЛИН ОЛЬГА ФАДЕЕВА И ОЛЬГА ПАВЛОВЕЦ

Серьезные шансы на хореографическое будущее предполагались у каждой, но по разным причинам отношения с балетом не сложились.

Семилетняя Оля Павловец пошла одновременно в первый класс школы и в хореографическую студию Дворца пионеров. А перед тем как отправиться в третий класс, категорически отказалась продолжать занятия хореографией. Несмотря на то, что педагоги-хореографы просто умоляли родителей не забирать Олю из студии и прочили ей в будущем блестящую карьеру, родители пошли навстречу просьбам дочери.

А юная Оля Фадеева готова была преодолеть любые трудности, чтобы стать балериной. У ее родителей хореографическое образование, она выросла практически за кулисами. Но на просмотре для поступления в хореографическое училище вердикт педагогов был не в пользу Оли: «Не тот шаг, не та комплекция».

И еще одно интересное совпадение в творческой карьере красавиц-актрис: обеим «выпала карта» сыграть Мэрилин Монро. Фадеева воплотила образ прекрасной ММ в клипе на песню Демарина, а Павловец в фильме «Монро» сыграла простую девушку, которую так зовут за сходство с кинодивой.



ОЛЬГА ФАДЕЕВА:
«ТЕАТР, КИНО,
ФЕХТОВАНИЕ,
КИТАЙСКАЯ ЖИВОПИСЬ
— ЭТО ВСЕ МОЕ»

Неделю с температурой под сорок пролежала в постели десятилетняя Оля после того, как поняла, что мечта

стать балериной для нее неосуществима. А когда боль от разочарования прошла, она почувствовала необходимость доказать окружающим, а главное себе, что способна на что-то необычное, неординарное. Решила заняться восточными единоборствами, записалась в секцию тхэквондо, где наступательная тактика — махи ногами практически в балетной растяжке. Но спорт не увлек юное создание, стремящееся к искусству. И родители, артисты Государственного ансамбля танца Белоруссии отдали Олю в одну из лучших школ Минска, позже ставшую театральным лицеем. А после его окончания Ольга поступила в Белорусскую академию искусств на актерский факультет. Еще студенткой ее пригласили на роль Офелии в спектакль Национального драматического театра им. Горького «Гамлет», и ее работа была отмечена белорусскими режиссерами, которые стали приглашать Фадееву в театральные постановки и фильмы.

Аккую героиню музыкальных клипов любимых исполнителей: Александра Малинина «Надо жить», Игоря Демарина «Мэрилин Монро». Затем Фадеева получает свою звездную роль Иры Пылёвой в сериале «Солдаты» и воплощает ее на телеэкране в десяти сезонах!

Следующими знаковыми работами в ее биографии стали сериалы «Цыганки», «Непобедимый», «Вдовий пароход», «Она не могла иначе» — и это только некоторые российские проекты, у Ольги много ролей и в белорусских картинах. А еще она актриса Национального театра им. Янки Купалы, где у нее тоже немало ведущих ролей.

Оля живет сейчас в Подмосковье, в доме родителей мужа, где свежий воздух и натуральные продукты, необходимые маленькому Алеше. Когда сын пойдет в школу, придется перебираться в Москву, а пока за окнами сад, а в окру-

жении семья: свекровь — олимпийская чемпионка по конькобежному спорту Людмила Титова, муж — Александр Самохвалов — каскадер, постановщик трюков, а теперь и продюсер. Познакомились они на съемках: в сериале «Непобедимый» Фадеева играла одну из главных ролей, а Самохвалов был постановщиком трюков. Ольге предстояла драка с ножом в руках, и Александр готовил ее к трюковым съемкам. Когда на репетиции он приставил нож к горлу Ольги и их взгляды встретились, возникла любовь с первого взгляда, которая длится по сей день и цементирует семью, члены которой редко бывают вместе, а чаще — на разных картинах, в разных городах.

В плане у семейной пары родить сына Алеше сестренку.

А в творческих планах у Ольги Фадеевой — получить роль такого же уровня, как в картине «Она не могла иначе», где она сыграла всенародно любимую Валентину Толкунову. Чтобы сыграть певицу, Ольга даже занималась вокалом с профессиональным педагогом, хотя в фильме песни исполняет Юлия Михальчик. Снимался сериал о Толкуновой в родном городе Фадеевой — Минске, и не потому что этот город связан с биографией легендарной певицы, просто кинематографисты, снимая фильмы о 60–70-х годах, зачастую это делают в столице Беларуси, где сохранилась практически нетронутой архитектура тех лет, а Москва и многие другие города России «грешат» современной застройкой. Может быть, «родные пенаты» помогли Ольге Фадеевой особенно тепло преподнести зрителю этот образ.

С недавних пор в жизни Ольги появились цветы из китайской живописи, которой актриса увлеклась, в качестве медитации. Она уже прошла три уровня: орхидеи, хризантемы и бамбук. Хочет попробовать себя и в каллиграфии. Ведь необходимая здесь точность движения Ольге очень даже присуща: одно из ее увлечений — фехтование, которым она успешно занималась и в вузе, и позже, под руководством мужа, постановщика этого вида схваток в кино.

Театр, кино, хобби — это важно, но главная часть ее жизни — семья и ребенок, поэтому на вопрос: «Что для вас счастье?», тридцативосьмилетняя Ольга Фадеева отвечает: «Водить сына Лешу в воскресную школу».

ОЛЬГА ПАВЛОВЕЦ:
«ИЗБЕГАЮ
БЕЗРАДОСТНЫХ ЛЮДЕЙ»

Завершив свою короткую балетную карьеру, девятилетняя Оля стала учиться музыке — одновременно на гитаре, флейте и фортепиано в единственной в своем роде школе искусств «Тутти», в центре Петербурга, где

школьники обучались и общеобразовательным, и музыкальным дисциплинам. В класс набирали не более десяти человек, поэтому подготовка учеников была на высоком уровне. Оля не была лучшей ученицей по точным наукам, но была ведущей в творческой части: участвовала во всех школьных и городских музыкальных конкурсах, концертах, выступала на телевидении, ее хит — исполнение романсов под гитару. После школы легко поступила в Санкт-Петербургскую академию театрального искусства (бывший ЛГИТМИК). Уже на третьем курсе стала лауреатом конкурса артистов эстрады им. Аркадия Райкина и одновременно обладательницей его же именной стипендии. Студенткой играла главные роли в театре «Буфф», пробовала себя и на телевидении — велела на питерском канале передачу «Утренний кефир». После окончания института поехала в Москву искать работы в кино.

И сразу все сложилось удачно: на кастинге сериала «Стилет-2» ее утвердили на главную роль. Правда, в первый съемочный день так переволновалась, что начало знобить и поднялась температура, партнеры по фильму заставляли выпить стакан водки с перцем и томатным соком — думала, умрет, но тут же уснула, а наутро все прошло. На съемках к ней с повышенным вниманием относился красавец-весельчак-сердцеед Александр Домогаров, но девичье сердце выбрало мечтательно-философски-задумчивого Дмитрия Щербину.

То, что часто случается с юными девушками, случилось и с Ольгой: желание любить приняла за любовь, как следует не узнав человека, сама надумала ему массу достоинств, скрасила до уюта бытовые недоразумения — Щербина жил в обшарпанной съемной квартире — и согласилась стать его женой.

Три года они прожили вместе в Москве, часто переезжая с квартиры на квартиру. Ближе узнав супруга, Ольга поняла, что при ближайшем рассмотрении достоинства мужа начали оборачиваться недостатками. Но постоянная загруженность на работе сглаживала отрицательные эмоции.

Вот что говорит сама Ольга: «В совместной жизни его загадочная печаль обернулась угрюмостью, хозяйственность — излишним педантизмом, размеренность — скукой и нежеланием развиваться дальше, серьезность — отсутствием чувства юмора. К тому же я стала обращать внимание, что Дима часто выпивает. Во всяком случае, на мой взгляд. Он не казался пьяным, но ритуал каждодневного употребления алкоголя был для меня невыносим. Мне не нравилась эта тенденция, грозившая перерасти в беду, но он эту проблему категорически игнорировал». И тут вдруг Ольга узнает, что беременна. Ребенок был для нее желанным, к тому же, Дмитрий, наконец, смог купить квартиру в Москве. Ольга решает рожать в родном

Петербурге. Там уютный дом, помощь родителей... Дмитрий, как только мог, приезжал в Питер к жене и сыну, привозил подарки, но радости эти визиты Ольге не доставляли. Он как будто не умел смеяться, веселиться, всегда был безрадостен, зато обувь, например, мог почистить часами. Жизнерадостную Ольгу это сначала настораживало, а потом стало раздражать.

На Новый год, когда Проще было Дмитрия со своей мамой. После нескольких бокалов о чем-то повздорились, Щербина стал зачем-то будить малыша, обстановка накалилась, свекровь начала собираться: «У сына нервный срыв, мы возвращаемся в Москву».

Потом они долго не созванивались, и Ольга почувствовала облегчение, надеясь, что этот разрыв навсегда, что это конец отношений. Она хотела этого и была готова. Но через некоторое время Дмитрий позвонил и позвал посмотреть обставленную новую квартиру. Ольга согласилась, но толчка к возобновлению отношений этот визит не дал. Щербина обиделся, перестал интересоваться сыном и в результате через адвоката предложил развод. Так закончился первый брак Ольги Павловец.

Новых любовных отношений она не жаждала и полностью отдалась любимой работе. Уже достаточно известную хорошими ролями, ее все чаще приглашали режиссеры в свои картины: «Судебная колонка», «Афганский призрак», «Жизнь, которой не было», «Управа», «Монро», «Кукушка», «Ефросинья», «Две стороны одной Анны», «Тайны следствия», «Склифосовский». Кстати, после окончания театрального вуза на подмостки театра Павловец больше не выходила, ее любовь — кино. Хотя актриса она — в третьем поколении! Бабушка и дедушка — актеры Астраханского драматического театра, дядя — народный артист, худрук Астраханского ТЮЗа. Мама, по образованию актриса, сейчас профессор кафедры сценической речи СПб ГАТИ, отец — артист Петербургского ТЮЗа, снимается в кино и сериалах. Сыну Ольги, Проще, родственники тоже прочили актерскую карьеру — четвертое поколение растет! Но в четыре года с Прощей случилась беда. Он с бабушкой и дедушкой был на даче, самостоятельный и любознательный, мальчик ненадолго вышел из поля зрения взрослых, оступился, упал в канавку с водой и утонул. Ольга тогда была на съемках в Москве, ей позвонил отец и ничего не смог сказать в трубку. Она поняла, что случилось страшное...

Горе охватило всю семью: убивались и бабушка, и дедушка, Ольге казалось, что жизненные силы покидают ее. Но никаких обвинений и упреков не было — это и спасло семью Ольги и ее родителей — они остались, как и раньше, сплоченной семьей, а горе не разрушило их родственных связей. Конечно, боль от слу-

чившегося с Прощей до сих пор не оставляет ее, но она верит, что он — ангелочек, и помогает ей в самые трудные минуты. А от постоянного уныния ее спасло решение снова родить. Еще до трагедии она вдруг почувствовала необходимость влюбиться, и случайная встреча на одной из премьер дала толчок замечательным отношениям с актером и режиссером Иваном Шибановым.

Его представили как заслуженного Артиста России, педагога колледжа Олега Табакова. Она почувствовала в нем жизнерадостного, родного человека и разрешила себе увлечься, но определенных надежд не давала, решила: пусть все течет медленно и все идет как идет. И тут вдруг — горе — потеря сына. Иван сказал тогда: «Что бы между нами ни происходило, я всегда буду рядом». Эти слова помогли Ольге вырваться из черной бездны.

Через некоторое время она забеременела. Рожала в том же питерском роддоме, где и первого сына Прощу, и назвала второго сына Макаром. Уже шесть лет она счастливо живет с мужем, Иваном Шибановым, и уже шесть лет ее солнышку — Макару. Девятого мая ей исполнилось тридцать пять, и за каждый прожитый день она благодарит Бога.

Подготовила Мария ПЕТРОВА



Почему я обратила внимание на Никиту? Просто однажды наши дороги сошлись в одной точке. К тому времени у меня уже были высокооплачиваемая работа и жилье. Не хватало любви.

После нашей первой ночи я буквально помешалась на нем. Это была скорее страсть, чем любовь. Он казался мне чуть ли не принцем в форме сотрудника дорожно-постовой службы на служебной машине!

Но он мог пообещать приехать, и не прийти, пропасть на несколько дней, а потом неожиданно появиться. Сначала я надеялась, что со временем он изменится, пока окончательно не прозрела.

Однажды Никита неожиданно заехал, сразу уложил меня в постель, а после тут же принялся собираться. Он одел форму, обулся и вышел, даже не взглянув на меня, не говоря уже о прощальном поцелуе. В тот миг я отчетливо осознала его потребительское отношение ко мне. Однажды, лаская Никиту, я назвала себя его любовницей, на что он ответил:

— Ты не любовница, ты просто так.

Почему я приняла эту фразу за шутку? Где были мои мозги, уши и глаза?!

Я почувствовала отвращение даже не к нему, а к себе и резко без объяснений прервала с ним общение. Судя по отсутствию ответной реакции, Никита принял мое решение равнодушно, а мне захотелось бежать без оглядки, но куда?

Третьего июля, в День работника ДПС, я отправила поздравление Богдану, коллеге Никиты. Несколько раз мы были в одной компании, и однажды, по просьбе Никиты, он подвез меня домой. Богдан был старше меня лет на десять и давно разведен. Мы стали переписываться. Я поняла, что нравлюсь ему, но решила сначала получше узнать его, чтобы избежать нового разочарования. А в глубине души надеялась, что Никита, узнав о наших с Богданом походах в кино и посиделках в кафе, захочет вернуться и однажды появится на пороге с букетом цветов, со словами прощения, с нежностью, лаской, любовью... Кого я хотела обмануть? Я была в его жизни «просто так», а за незначительные вещи не принято бороться.

Богдан казался умным, мужественным и я решилась. Даже его своеобразные предпочтения в постели не смутили меня. Но близость, от которой получал удовольствие только он, бесконечные смс-ки и частые телефонные беседы, темы которых быстро иссякли, мне скоро надоели.

Богдан оказался навязчивым, сентиментальным и очень неуклюжим в быту. Иногда у меня возникало ощущение, что я связалась с ребенком. Даже его подарки выглядели нелепо: серьги оказыва-

лись детскими, конфеты — ужасными на вкус, а золотую цепочку я едва не потеряла, когда лопнуло звено. Даже то, что должно вызывать радость, порождало раздражение.

В начале наших отношений я сказала Богдану, что живу с родителями, и мы встречались у него по выходным, поэтому исключить его из своей жизни было легко. Под разными предлогами я стала отказываться в личных встречах, при каждом разговоре провоцировала ссору. Богдан обижался, но спустя несколько дней начинал звонить, писать сообщения: «Я буду любить те-

том сворачивалась калачиком, укрывшись теплым одеялом. Свое тридцатилетие я встретила в постели. Наверное, это ненормально, но я была этому рада. С утра смс-кой поздравил Богдан. Вскоре телефон пискнул снова. Надо же, стишок от Никиты! Может, написать «спасибо»? Тогда он спросит: «Как дела?» и все повторится. Он снова решил промелькнуть на горизонте в надежде, что я сама сделаю шаг навстречу. Так будет проще потом исчезнуть, намекнув: «Я ведь тебе ничего не обещал, ты сама хотела...» Я удалила его сообщение и с чувством безразличия отодвинула

тил он.

Мы остановились у здания, где я работала.

— Меня Михаил зовут. Можно просто Мишка, — представился незнакомец и тут же спросил:

— Во сколько ты выйдешь отсюда?

— В шесть.

— Можно мне тебя встретить, чтобы проводить?

Я разрешила, больше чем уверенная, что он не придет. Я вообще забыла о нем, едва зашла в стены офиса. Но Мишка, как и обещал, ждал на крыльце и с радостной улыбкой протянул руку:

— Пошли.

Но мы отправились не на остановку, а в кафе, где пили чай и поедли сладости. В общении Мишка оказался легким, веселым и простым. Потом он проводил меня до дома на такси.

Утром следующего дня от него раздался звонок:

— На улице снова скользко. Я встречу тебя у подъезда. Во сколько мне подехать?

В назначенное время я вышла из дома и в напряжении замерла. У подъезда стояла машина ДПС. Никита? Богдан? Фары машины мигнули, и из салона послышался Мишкин голос:

— И что мы встали, госпожа? Присаживайтесь, не стесняйтесь.

Я думала, не бывает таких совпадений, но Мишка тоже работал в дорожно-постовой службе, только в самом дальнем районе города. Возможно, он не знал ни первого, ни второго. А если знал? И захочет ли он общаться со мной, если узнает о моих с ними отношениях?

Хотя, будь, что будет. Я не собиралась расставаться с Мишкой из-за прошлых ошибок. Ведь с каждым днем он мне нравился все больше и больше. А вскоре у меня возникло чувство, что я, наконец, нашла своего человека. Наши взгляды, мнения, предпочтения полностью совпали, и очень скоро мы не могли долго жить друг без друга, даже засыпая, мы держались за руки.

Третьего июля, в День работника ДПС, Мишка серьезно опоздал на работу. С утра я вышла поздравить его в парадном кителе на голое тело и фуражке, после чего сразу повела в спальню...

— Что я скажу начальству? — запоздало спросил он, молниеносно одеваясь.

— Так и скажи, — с довольным видом проворковала я. — Всегда надо говорить правду. Это обезоруживает.

Богдан продолжал изредка мне писать, я отвечала — из жалости. На все праздники Никита присылал красивые стихи, но я его послания игнорировала. Не забыл он обо мне и в новгородную ночь.

Четвертого января у Мишки на работе должен был состояться корпоратив. Я хо-



бя всегда». «Я умираю без тебя». «Тебе я прошу все».

А я вела себя безобразно, понимая, что поступаю с ним так же, как Никита со мною. Тогда я признала очевидное: Никита никогда не любил меня, как и я — Богдана. Какое-то время я пыталась согреться, забываясь с ним, но не получилось.

Да, замечательные у меня были поклонники: один — безответственный раздолбай, второй — несурзанный нытик. А может, дело во мне, и я выбираю не тех мужчин? Богдан продолжал звонить, писать, я не отвечала, а когда он стал реже напоминать о себе, почувствовала облегчение.

Мне вдруг понравилось существовать в одиночестве. После трудового дня я с удовольствием возвращалась в пустую квартиру, нежилаясь в горячей ванне, готовила и съедала нехитрый ужин, а по-

от себя телефон.

В тот день был страшный гололед. Я вышла из автобуса, сделала несколько шагов и застыла на месте: кругом был лед, а дорога шла под уклон. Интересно, какова вероятность попасть вместо работы в травмпункт?

— И как быть? — произнесла я вслух.

Проходящий мимо мужчина вдруг остановился, заглянул мне в лицо, а потом протянул руку и предложил:

— Держись.

Я крепко обхватила его локоть, и мы пошли.

— На работу идешь?

Я кивнула.

— А я домой, — объяснил он.

— С утра?

— Я отдежурил.

— Ты охранник?

— Почти, — неопределенно отве-

тела отпустить его одного, но он сказал, что без меня не сможет поселиться. Тогда я надела черные брюки, белую блузку, галстук и жилетку. И не прогадала, мой необычный образ приковал к себе больше мужских взглядов, чем самое открытое вечернее платье.

За столиком сидело человек сорок. Большинство парней было без пары. Один из них кивнул мне. Это был Никита. Я отвернулась. Мишка обнял меня и прижал к себе. Как же я люблю этого мужчину! Я хочу быть с ним каждый день и каждую ночь. Я хочу за него замуж, я хочу от него детей, я хочу провожать его на работу утром и встречать по вечерам. Хочу писать ему нежные сообщения и бесконечное количество раз признаваться в любви.

Мишка потянулся к моим губам. — Мы здесь не одни, — напомнила я.

Мой взгляд остановился на мужчине в форме ДПС, что замер в проеме двери. Присмотревшись, я узнала в нем Богдана. Мне стало не по себе.

С Никитой все понятно, увидев, что я не одна, он вряд ли захочет подойти. А вот Богдан... Что я написала ему в последний раз? Просила забыть меня, хотя была уверена, что он не последует совету. Богдан из тех людей, которые упиваются своим страданием, им нра-

вится быть мучениками.

— Давай, выпьем, — предложила я Мишке.

Парни с нашего столика помахали Богдану, приглашая его присесть, но он лишь пожал им руки и жестом отказался, указывая на форму. Потом он вышел из зала. Хотелось верить, что приходил он сюда не из-за меня, ведь о наших с ним отношениях знал не только Никита...

Спустя несколько секунд мой телефон завибрировал в кармане брюк.

«Или поговорим в фойе, или я подойду к вам», — написал Богдан.

— Я в туалет, — шепнула я Мишке и вышла.

— Что происходит? — спросил Богдан.

Я устало опустила глаза.

— Мы не общаемся уже год, что тебе надо? Другой бы мужик на твоём месте все давно бы понял, завел себе бабу...

— Ты не любишь меня, — подытожил он, не отрывая от меня тяжелого пристального взгляда.

— Ну, наконец-то, — облегченно выдохнула я и спросила: — Можно идти?

Богдан отвернулся. И мне вдруг стало жаль его, захотелось успокоить, провести рукой по плечу, найти теплые слова... Но это значило снова дать ему надежду.

Я вернулась в зал. Мишка сразу заметил следы усталости на моем лице.

— Ты хочешь домой? — догадался он.

Я кивнула. Заиграла красивая мелодия, и Мишка протянул мне руку:

— Один медленный танец, и мы уходим.

Обнявшись, мы кружились на танцполе, когда я ощутила сильный толчок в спину, словно по ней ударили. То, что произошло дальше, заняло несколько секунд, но в моем сознании события растянулись, как в замедленной съемке. Я обернулась. В нескольких шагах от меня стоял Богдан с пистолетом в руке. Он выстрелил снова, но на пути пули встал Никита. Когда, раненный в грудь, он упал на пол, его коллеги и охрана ресторана навалились на Богдана, отбирая у него оружие. А я ощутила дикую боль в спине, и как что-то теплое потекло по телу. Мои глаза стали закрываться, появилась слабость в ногах. Мишка подхватил меня.

— Прости меня, — пробормотала я.

В день, когда врачи разрешили мне ходить, я получила роскошный букет красных роз от Мишки. «С нетерпением жду твоего возвращения домой», —

прочитала я в записке. Первая моя мысль, едва я пришла в сознание после операции, была о нем. Сможет ли он простить меня, захочет ли остаться? Но Мишка даже не позволил ничего объяснить. Как только я приоткрыла рот, он приложил указательный палец к моим губам:

— Ты жива, и это главное.

Вторая мысль была о Никите. Как он? Что с ним? Когда мне сообщили, что он лежит на этом же этаже в двенадцатой палате, я медленно, держась за стену, пошла к нему...

Дверь приоткрылась, и я сразу увидела Никиту. Он спал, а я подумала, что все-таки он любил меня. Нелепо, боясь признаться самому себе. Наверное, когда я была рядом, он меня не ценил, а потеряв, не захотел вернуть из-за страха попасть в плен собственным чувствам.

Если бы Никита тогда понимал, чего хотел, и был настойчивее, мы были бы сейчас вместе. Не понадобился бы Богдан.

Но и не появился бы Мишка, самый лучший, самый необыкновенный мужчина на земле. Он не взял бы меня под руку, не сказал бы «держись!» и не повел бы по льду. Он оказался третьим сотрудником ДПС, с кем меня свела судьба, но занял главное место в моем сердце.

Министерство связи Российской Федерации

Ф. СП-1

АБОНЕМЕНТ газету **60672**
На журнал (индекс издания)

«Веста-М»

количество комплектов

На 20.... год по месяцам

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

Куда (почтовый индекс) (адрес)

Кому линия отреза

ДОСТАВОЧНАЯ КАРТОЧКА **60672**
(индекс издания)

газету **«Веста-М»**
На журнал (наименование издания)

Стоимость	подписки	руб.	Количество
	периодичес.	руб.	комплектов

На 20.... год по месяцам

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12



почтовый индекс											
код улицы											
дом корпус квартира											
город село область район улица											
Фамилия, И.О.											

УВАЖАЕМЫЕ
ЧИТАТЕЛИ!

Хотите получать
нашу газету
регулярно?

Заполните подписной
купон: отметьте месяцы,
на которые вы решили
подписаться, а также
укажите свои фамилию,
имя, отчество и
почтовый адрес.
Вырежьте бланк из
газеты и поспешите в
ближайшее почтовое
отделение.

ВЕСТА

62 Братья наши меньшие И СНОВА О КЛЕЩАХ

Хозяева кошек и собак, возможно, вздохнули с облегчением. Листва с кустов опадает, значит, можно не бояться заражения клещами. Напрасные надежды. Клещи живут не столько на кустах, сколько в лесной подстилке, и особенно любят кучи опавших листьев. Поэтому, если вы еще не проводили своим животным профилактику от укусов клещей, срочно начните ее.

Пока не выпал глубокий снег, опасность заражения домашних животных болезнями, которые переносят клещи, остается актуальной. Клещевой энцефалит для собак и кошек не страшен, этим заболеванием они не болеют. Но есть и другие.

БОЛЕЗНЬ ЛАЙМА

Клещевым боррелиозом — болезнью Лайма, может заразиться кошка, которая гуляет на улице. Поэтому проверять на наличие клещей следует не только собак. Болезнь Лайма протекает с повышенной температурой тела и сильной болезненностью суставов, но аппетит — главный показатель здоровья животного, как ни странно, сохраняется. Распознать заболевание можно по тому, что кошка с трудом двигается, не дает взять себя на руки, при прикосновении к лапам и ребрам стонет и мяукает.

Лечат болезнь Лайма курсом антибиотиков. Уже после первого укола животному становится легче, после второго-третьего кошка возвращается к нормальному образу жизни, но курс лечения надо закончить, иначе болезнь может вернуться.

ПИРОПЛАЗМОЗ

Для собак и кошек редких пород клещи опасны тяжелым инфекционным заболеванием — пироплазмозом, которое может закончиться гибелью животного. Поэтому защищать животных от клещей надо обязательно.

ЧТО ИСПОЛЬЗОВАТЬ ДЛЯ ЗАЩИТЫ

Для этого существуют специальные спреи, капли на холку и ошейники. При нанесении спрея, капль или ношении ошейника наполнитель растворяется в жировой смазке кожи животного и действующее вещество впитывается в подкожную клетчатку, накапливается в сальных фолликулах, а оттуда с секретом желез в течение длительного времени выделяется на поверхность кожи небольшими порциями.

При такой обработке основная часть препарата оказывается на коже собак и кошек, а у длинношерстных животных клещи могут прикрепляться и к шерсти, поэтому желательно еще дополнительно брызгать спреями на шерсть.

То есть, вы проводите базовую обработку каплями или спреем раз в несколько недель (от двух до четырех), и еще ежедневно распыляете небольшое количество спрея на шерсть. Не пренебрегайте этой мерой защиты, если сняли с животного хотя бы одного клеща или знаете, что в вашей местности есть случаи заражения пироплазмозом.

ВНИМАНИЕ! Покупайте спреи, капли и ошейники от одного производителя.



«ОДНОГЛАЗЫЙ ДЖО»

У нашего хомячка сначала припух глаз. На следующий день я увидела, что он висит на одной ниточке, ничего не успела предпринять, как он оторвался. Хомяк окосел. Он вроде бы ведет себя как обычно, ест и пьет. Но я не поняла, что произошло с глазом, и что теперь делать мне. Вдруг со вторым будет то же самое?

Конечно, желательно показать животное ветеринару. Дело в том, что глаз мог оторваться от того, что хомячок упал с высоты и ударился затылком. Так бывает не только у хомяков, но и у пекинесов. Как правило, это не опасно для здоровья животных: они прекрасно живут и с одним глазом.

С другой стороны, проблемы с глазами у хомяков могут быть предвестниками более серьезного заболевания — опухолей. И в этом случае животное можно спасти только в том случае, если ему окажут своевременную помощь. Так что специалисту зверька все равно показать надо.

Подготовила Катерина
НАПЛЫГИНА

Сочетание инсектоакарицидов от разных фирм может привести к тому, что на поверхности кожи животного может получиться не совсем эффективное третье вещество, к тому же нет гарантии, что оно не будет токсичным или не вызовет аллергии.

Других превентивных средств профилактики заражения пироплазмозом не существует, а эффективной вакцины пока не изобрели.

Защита с помощью спрея, капль и ошейника тоже не дает стопроцентной защиты, поэтому желательно осматривать животное на наличие клещей хотя бы раз в день после прогулки.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ОБНАРУЖИЛИ КЛЕЩА?

Прежде всего удалить его и сжечь. Поскольку клещ может быть разносчиком опасных для человека заболеваний, удалить его лучше пинцетом, а на руки надеть перчатки. Старайтесь не раздавить клеща, чтобы его содержимое не попало в ранку, иначе инфицирование все равно может произойти. Захватите клеща как можно ближе к хоботку, затем аккуратно потягивайте, вращая вокруг своей оси в удобную сторону. Обычно после 1-3 оборотов насекомое извлекается целиком вместе с хоботком. Если будете пытаться выдернуть клеща, есть вероятность его разрыва. Не получилось самостоятельно удалить клеща? Обратитесь в ветклинику. Оставлять клеща в теле животного нельзя.

ЗАБОЛЕЛ? НЕ ЗАБОЛЕЛ?

Не обязательно сразу везти кошку или собаку в клинику, если вы сняли с животного клеща, ведь переносчиками пироплазмоза являются не более 15% этих тварей. В течение следующих двух дней очень пристально следите за поведением животного и измеряйте ему температуру. Любое заметное изменение будет поводом обращения к ветеринару. Но если совпадут три основных симптома пироплазмоза: повышение температуры, моча с кровью и желтуха, заметная по глазам, везите животное в клинику без промедления. Пироплазмоз развивается стремительно: от появления первых признаков до тяжелейшего поражения организма (или даже смерти) может пройти всего несколько суток.

Но даже если вы заметите только вялость, отказ от корма, некоторое изменение цвета мочи или повышение температуры, лучше обратиться к врачу: это могут быть признаки другого заболевания, передаваемого клещами.



СКАНВОРД

Составил Валерий РУЧИЙ

№ 9

Старший ребенок в семье	н	е	р	б	е	н	е	ц	Стоимость	Пучок цветов	ц	Плоды какао с сахаром	Стрижка квадратом		
Помещение в автобусе	р	Будет и на нашей улице ...	Быт, уклад жизни	с	Цветы, сплетенные в кольцо	е	«Уж ... осенью дышало»	е	Кулачный бой	б	р	к	с		
Острая приправа	з	Волосы в нижней части лица	б	о	р	о	г	а	Оболочка стебля	к	р	р	а		
Предсказатель погоды	н	Блаженство	х	Хлебный знак	н	Совершенство	а	о	р	т	а	Мир, согласие	б		
Хвойное дерево с орешками	к	е	г	р	Повесть Пушкина «Капитанская ...»	г	о	в	к	а	Рисунки на теле (жарг.)	к	Званный вечер, прием		
Короткий смешной рассказ	з	Знак зодиака	о	в	е	н	Посещение	в	Один круг танца	т	у	р			
Тонкое различие	н	Ю	а	н	с	Начало состязания	а	Спальный костюм	н	ч	ж	а	м	а	
Комната в вагоне	г	у	а	е	Список сотрудников	т	Неразбериха	в танце оборот на одной ноге	н	к	и	р	у	э	т
Красиво завязанная лента	б	а	н	т	Лососевая рыба	с	ч	з	Оторочка по краю одежды	к	а	н	т		

Ответы на сканворд № 8 по горизонтали: ситро, канва, мясо, волк, мускул, строчок, осетр, дока, овал, рулет, грешник, руно, окот, капитал, роза, завтрак, атлас, ажур, краса, бутик, лавра, шурин, оклад, загар, неон, уха, катет, ангар.

По вертикали: беэе, спонсор, акт, лот, текст, шлица, ишак, трон, сакура, омар, вираж, оракул, мулине, ранет, комод, томат, укор, крона, курорт, рак, вокзал, корма, луг, егоза, сваха, пласт, такса, дар.



Дамы, посмеемся!

☺ ☺ ☺

— Утверждают, что при одном поцелуе передается пять миллионов микробов.

— Но ведь, с другой стороны, от стольких же и избавляешься!

☺ ☺ ☺

Врач: «Чтобы желудок не болел, выпивайте ежедневно утром стакан теплой воды».

Пациент: «Я так и делаю уже много лет кряду. Только жена это называет чаем...»

☺ ☺ ☺

— Примите меня в хор, мама уверяет, что я очень хорошо пою.

— Этого мало, — сказал хормейстер, — принесите рекомендации от соседей.

☺ ☺ ☺

— Что вас беспокоит, коллега?

— Только то, что у меня сейчас нет денег.

— Не понимаю, как вас может беспокоить то, чего нет?

☺ ☺ ☺

— Сколько раз твоя мама выходила замуж?

— Стыдно сказать...

— Ну-ну, в наше-то время можно не стесняться.

— Всего один раз!

☺ ☺ ☺

Мальчик спрашивает отца:

— Это правда, что супружеская жизнь похожа на лотерею?

— Нет, сынок. В лотерее у тебя есть хоть какой-нибудь шанс...

☺ ☺ ☺

— Значит, мебель и все домашние вещи мы разделили по ровну безо всяких скандалов. Ты согласна?

— Конечно.

— И давай договоримся, что мы сохраним нормальные человеческие отношения. Если встретимся, спокойно поздороваемся...

— Обязательно.

— И во время самого развода мы будем вести себя корректно, без всяких выпадов и упреков. Согласна?

— Согласна.

— Ну и прекрасно. Осталось решить, на какой день мы назначим свадьбу...

☺ ☺ ☺

Разговаривают двое влюбленных:

— Давай, встретимся завтра.

— Согласна.

— Где?

— Да где хочешь.

— А в котором часу?

— Мне все равно.

— Значит, договорились!

☺ ☺ ☺

Разговаривают двое приятелей.

— Моя жена. — говорит один, — счастлива в замужестве.

— Вот как?

— И чтобы открыть причины этого счастья, я нанял двух детективов.

☺ ☺ ☺

Встретились две приятельницы.

— Как ты съездила в Рим?

— Все было прекрасно, особенно комната в отеле.

— А как тебе сам город?

— Согласись, смешно было бы, заплатив такую огромную сумму за комнату в отеле, куда-то еще из нее выходить.



чем-то новеньким, но — проверенным, оригинальным и очень вкусным!!!

Очередные спецвыпуски издательства «Веста-М» появились в продаже. Спрашивайте в киосках вашего города.

Тираж ограничен.

**Дорогие
наши
хозяйюшки!**

Домашние заготовки не сравнить ни с

какими фабричными «разносолами», особенно если овощи и фрукты еще и выращены своими руками!

Конечно, у каждой хозяйки свои рецепты соленьев-вареньев, но, возможно, и мы порадуем вас

вкусным!!!

ЧИТАЙТЕ В СЕНТЯБРЬСКОМ
НОМЕРЕ:

- ♦ Фитотерапия дисбактериоза
- ♦ Держите руку на пульсе!
- ♦ Кефирные премудрости
- ♦ Вахта — цветок луны
- ♦ «Грибы» на ногтях
- ♦ И многое другое...



**В продаже
с 27
августа**

В каталоге
«Почта России».
Второе полугодие
2016

**ПОДПИСНЫЕ
ИНДЕКСЫ:**

В каталоге
«Пресса России».
газеты и журналы».
Второе полугодие 2016

15510



П2194

В каталоге
русской прессы.
Второе полугодие
2016

60673

2016
Сентябрь

ISSN 1818-7684



16009

9 771818 768369